LA VIDA SECRETA DE LAS FAMILIAS

Verdad, privacidad
y reconciliación en una sociedad
del "decirlo todo"

Evan Imber-Black

gedisa
editorial

Título original en inglés: *The Secret Life of Families: Truth-Telling, Privacy, and Reconciliation in a Tell-All Society*
© 1998 by Evan Imber-Black
Publicado por acuerdo con Bantam Books, una
división de Bantam Doubleday Dell Publishing Group, Inc.

Traducción: Agustina Costa
Revisión estilística: Verónica Tirotta

Primera edición noviembre 1999, Barcelona

Derechos reservados para todas las ediciones en castellano

© Editorial Gedisa
Muntaner, 460, entlo., 1ª
tel. 201 60 00
08006 - Barcelona, España
correo electrónico: gedisa@gedisa.com
http: //www.gedisa.com

ISBN: 84-7432-704-0
Depósito legal: B.46.942/1999

Impreso por Carvigraf
Clot, 31 -Ripollet

Impreso en España
Printed in Spain

Con todo cariño para mi nieta,
Josephine Charity Black,
por todos los secretos placenteros
de tus días futuros

Indice

AGRADECIMIENTOS 11
PREFACIO 15

Parte I. Secretos en la era del talk show

1. Vivir los dilemas 25
2. Modelado de los secretos de familia: cómo los secretos dan forma a las relaciones 47
3. La sociedad secreta 81
4. "Sabemos lo que te conviene saber": secretos y arrogancia institucional 111
5. Lo que se dice en los talk shows frente a lo que se dice auténticamente: los efectos de los medios de masa sobre lo secreto y lo revelado 143
6. Ocultar y revelar: elecciones y cambios 163

Parte II. Pasajes secretos

7. Secretos privados 197
8. Contraer y romper compromisos: parejas, intimidad y secretos 225

9. Equilibrio entre la franqueza y la cautela: secretos entre padres e hijos pequeños 261

10. Investigaciones privadas: secretos entre adolescentes y padres 295

11. Nunca es demasiado tarde: nueva perspectiva sobre secretos largamente guardados entre padres, hijos y hermanos adultos 323

EPILOGO 353
INDICE TEMÁTICO 355

Agradecimientos

Muchas personas dispuestas y bondadosas me ayudaron a gestar este libro. Quiero agradecer a Judith Stone, que hizo las veces de partera de mi propuesta. Nuestras animadas charlas en los cafés de Nueva York, junto con sus atentas reflexiones y su corrección de las primeras versiones del texto me orientaron en la dirección correcta. Agradezco a Elizabeth Stone por nuestras conversaciones acerca de los secretos y sobre el plan del libro. También agradezco a Katy Butler, que colaboró conmigo en el artículo de 1993 "Ghosts in the therapy room", dando comienzo a mi deseo de poner mi trabajo académico sobre los secretos al alcance del lector no profesional.

Mi querida amiga y colega Janine Roberts prestó apoyo a este proyecto a través de su lectura atenta, sus sensatos comentarios sobre mi plan y el manuscrito y su constante disposición.

Esta obra tiene como punto de partida el libro de orientación teórica titulado *Secrets in Families and Family Therapy*, que compilé en 1993. Un destacado grupo de colegas colaboró en ese libro que contribuyó al enriquecimiento de mis ideas sobre los secretos. Deseo agradecer a Marilyn Mason, Rosmarie Welter-Enderlin, Peggy Papp, Ann Hartman, Judith A. Schaffer, Ronny Diamond, Lorraine Wright, Jane Nagy, Jo-Ann Krestan, Claudia Bepko, Laura Roberto Forman, Dusty Miller, Gus Kaufman, Gary L. Sanders, Joan Laird, Sally Ann Roth, Alan Cooklin, Gill Gorell Barnes, Nancy Boyd-Franklin, Lascelles W. Black, Kathy Weingarten y Janine Roberts, por su colaboración desde el primer momento en la apertura del tema de los secretos en el campo de la terapia familiar.

Este libro tomó su forma original bajo la reflexiva guía de mi agente, Beth Vesel. Su entusiasmo por mis ideas y su fuerte convicción de la necesidad de este libro constituyeron un gran apoyo a través de todo el proceso de elaboración.

Toni Burbank fue todo lo que podría desearse de un editor. En nuestra reunión inicial me mostró su entusiasmo por este trabajo. Sus preguntas inquisidoras, firmes y amables al mismo tiempo, me ayudaron a clarificar y ampliar mis pensamientos. En su excelente trabajo de corrección final del texto, se ocupó de la vida de las personas que figuran en estas páginas con cuidado y compasión. También quiero agradecer al asistente de Toni, Robin Michaelson, por atender los muchos detalles relacionados con la organización del manuscrito.

Mi querida amiga Rosmarie Welter-Enderlin pasó horas y horas leyendo el original, enviándome sus agudos comentarios y ayudándome a profundizar en el significado de los secretos. Nuestras transatlánticas charlas telefónicas de los domingos por la tarde, nuestros viajes en tren de una ciudad europea a otra y las comidas que preparamos juntas en nuestros hogares de Nueva York y Suiza fueron todas ocasiones para hablar sobre secretos, profesionales y personales.

He tenido la suerte de contar con la relación profesional y la especial amistad de Peggy Papp, en el Instituto Ackerman para la Familia. Cuando comenzamos con nuestro trabajo, yo quería elaborar un proyecto sobre secretos en la clínica. Peggy observó astutamente que podría resultarnos difícil lograr que las familias se acercaran a participar de un proyecto llamado "Secretos de familia". No obstante, trabajando juntas todos los miércoles por la tarde durante los últimos siete años, hemos presenciado el esfuerzo de muchas familias, ya sea para ventilar sus secretos o para sobrellevar los efectos emocionales posteriores a su revelación. Nuestras permanentes interconsultas, en el consultorio o detrás del espejo unidireccional o cámara Gesell, juntamente con las numerosas salidas al teatro, han contribuido poderosamente a dar forma a mis ideas sobre los secretos.

Muchos amigos me estimularon con su interés por este proyecto y su incondicional apoyo a mi trabajo. Mi profundo reconocimiento para Pat Colucci, Ellen Landau, Gary Sanders, Betty Carter, Olga Silverstein, Vicki Dickerson y Paul Browde.

Durante la mayor parte de la redacción de este libro, fui directora de Estudios sobre Familia y Grupo y directora del Instituto Urbano para Familias y Formación en Terapia Familiar de la Facultad de Medicina Albert Eistein del Bronx, Nueva York. Tuve la suerte de contar con colegas leales, cuya fe en mí, y el

aliento que me prestaron, sembraron mi trabajo de alegría. Agradezco especialmente a Maddy Abrams, Johnine Cummings, Judy Cobb, Barbara Iwler, Anne Shollar, Myrna Hernandez, Eliana Korin y Linda Torres. También agradezco a Seth Aronson por compartir sus ideas acerca de los niños y el HIV/SIDA.

No tengo suficientes palabras de elogio y aprecio para Marie Mele, mi secretaria, confidente, fuente de mutuos intercambios de recetas y cariñosa amiga de la familia durante los últimos diez años. Marie siguió con atención cada tarea relacionada con la preparación de este manuscrito. Nunca me dejó salir de la oficina con la única copia de un capítulo, y me ayudó a lidiar con los misterios de mi ordenador, que se colgaba continuamente cada vez que trabajaba en el capítulo 4. Su humor benigno y su afecto incondicional me ayudaron a proseguir.

Durante la redacción de este libro mantuve muchas conversaciones sobre secretos con mi madre, Dena Imber. Algunos eran graciosos, otros penosos, la mayoría emotivos, y todos me conectaron con sus 84 años de vida. Le agradezco su generosa conversación y su incansable apoyo a mi trabajo.

Durante un cuarto de siglo, gran número de individuos y familias me han revelado aspectos de su vida. Sus historias y sus valientes travesías, registradas aquí de un modo totalmente disimulado, han moldeado profundamente a la terapeuta y a la escritora que ahora soy. Les agradezco a todos, con respeto y humildad.

Este libro recibió su soplo de vida del amor que mi familia me brinda. Mi hijo, Jason Black; mi nuera, Frances Schroeder; mi dulce nieta, Josephine Charity Black; mi hija, Jennifer Coppersmith, y mi futuro yerno, David Bukai, todos me brindaron amor constante, apoyo y atención. Mi especial agradecimiento a Jason por su ayuda técnica, que evitó que asesinara al ordenador, y por sus búsquedas en Internet, espontáneas y de buena voluntad.

Finalmente, expreso mi amor y aprecio a mi esposo, Lascelles W. Black, por todo nuestro aprendizaje para mantener tiernamente los secretos de cada uno; nuestras largas charlas que conectan los secretos con el racismo; su cuidadosa reflexión acerca de los secretos relacionados con el color de la piel; su trabajo inspirador relativo a personas con SIDA y a sus cruciales secretos; su compromiso con la compasión y la justicia, que siempre me alienta; su confianza en que podía escribir este libro; y su generosidad, que hizo posible que lo escribiera.

Prefacio

A comienzos de 1997 un secreto se hizo público en la escena norteamericana: nuestra nueva secretaria de Estado, Madeleine Albright, descubrió que sus padres eran judíos convertidos al catolicismo durante la Segunda Guerra Mundial. Sus abuelos judíos checoslovacos habían muerto en un campo de concentración durante el Holocausto. Albright creció sin tener conocimiento de su legado judío. Se generó un agudo interés por la historia de Madeleine Albright. Durante unas semanas, los periodistas me llamaron por teléfono casi diariamente para conocer mis puntos de vista sobre este secreto. "¿Cómo pudo ocurrir esto?" me preguntaban. "¿Cómo es que ella no sabía?" "¿Cómo es que ella no sintió curiosidad acerca de sus abuelos?""Es una historiadora y trabaja sobre Europa central; seguramente lo sabía y lo mantuvo oculto." Abundaban los juicios severos y críticos, pero mi opinión era muy diferente. A mi parecer, encajaba a la perfección que Madeleine Albright no sólo no supiera de niña que sus padres eran judíos, sino que tampoco mostrara ningún interés por la historia personal de sus abuelos *y* hasta eligiera convertirse en historiadora, precisamente de esa parte del mundo que encerraba el secreto de su familia. Comencé a imaginarme a su familia. Sus padres debieron haber elaborado una historia sin fisuras, completada con recuerdos de la infancia sobre las celebraciones de Navidad. La única mención sobre sus abuelos se refería a que habían muerto durante la guerra. Como tantos niños con quienes trabajé en terapia familiar, Madeleine Albright vivió con una poderosa paradoja: por una parte, absorbiendo la "regla" familiar de no preguntar, de vivir el presente y creer en sus padres, que la amaban, y por la otra, sentir una poderosa atracción por el pasado, por la historia, por Europa central. La exquisita combinación de los mandatos familiares y su elección de carrera hizo

de ella una historiadora con una parcial ceguera personal. Y dado que eligió una vida pública, cuando el secreto de su familia apareció finalmente a la luz, fue prontamente reivindicado por una nación sedienta de secretos ajenos.

He sido terapeuta de familia durante 25 años. Desde el comienzo tuve el privilegio de guiar, acompañar, intervenir y hacer las veces de testigo de la lucha entre las personas y sus secretos. En mis inicios como terapeuta buscaba la guía de los mejores profesionales en mi área. ¿Debía ayudar a las familias a que ventilaran sus secretos? ¿Había algunos secretos que no debían revelarse nunca? ¿Qué ocurriría si me encontraba con una persona que me contara un secreto y que luego insistiera en que no se lo contara a su familia? Es sorprendente, pero hallaba pocas respuestas. El material bibliográfico referido a los secretos era escaso, lo que me inclinaba a pensar que estos constituían un secreto en el campo de la terapia familiar. El material existente estaba polarizado y era terminante: "nunca revele los secretos" o "revele siempre los secretos." Mis mentores me aconsejaban que nunca guardara un secreto con uno de los miembros de la familia, y que nunca permitiera que sus integrantes me llamaran entre sesiones en forma individual porque alguno podría contarme un secreto. En tanto un supervisor me dijo que fuera siempre directa en lo referente a los secretos, otro me recomendó que fuera siempre indirecta con respecto a ellos. Me enseñaron a hacer una breve introducción al comienzo de toda nueva terapia: "Por favor, no me contéis ningún secreto, porque si lo hacéis, tendré que insistir en que lo compartáis con toda la familia". No tardé mucho tiempo en darme cuenta de que esta indicación predisponía a las personas a ocultar los temas importantes durante la terapia, el lugar donde se suponía que las voces que habían sido silenciadas debían ser oídas. Comencé a pensar que los secretos, que generaban tanto debate, pero tan pocas respuestas lúcidas en mi profesión, merecían una cuidadosa atención. De este modo comenzó mi búsqueda, que se prolongó durante dos décadas, para posibilitar respuestas serias y eficaces a la multiplicidad de relaciones interpersonales desplegada por los secretos.

Pronto me sentí insatisfecha con los modelos de terapia familiar que me enseñaban simplemente a enfocar la atención sobre lo que ocurría dentro de la familia, como si las familias no for-

maran parte de sistemas complejos, que afectan sus vidas cotidianas. Las familias que conocí, que debían vérselas con secretos, traían de sus familias de origen historias floridas y a menudo dolorosas; historias de migración, guerra, sexismo y racismo; complicadas tramas de relaciones con instituciones: trabajo, escuelas, hospitales, iglesias y sinagogas; y la pertenencia a una cultura más amplia, todo lo cual dio forma a sus creencias sobre *lo que debe mantenerse en secreto y lo que se puede expresar con sinceridad.*

Durante mi propia búsqueda para descubrir los modos de trabajar en forma adecuada con la increíble gama de secretos que se instalaron temporariamente en mi consultorio, observé cómo cambiaba su significado en nuestra sociedad. Los secretos han existido en todos los tiempos, pero las familias de hoy enfrentan dilemas especiales sobre lo *secreto*, la privacidad, el silencio y la *sinceridad*. Vivimos en una cultura cuyos mensajes sobre lo secreto son confusos. Se nos dice que ha desaparecido el estigma ligado al alcoholismo, la adicción a las drogas, la adopción, la enfermedad mental, el cáncer o el divorcio. ¿Pero es así? Las familias que atiendo, todavía luchan para decidirse acerca de cómo y cuándo decir a los niños que su madre tiene problemas con la bebida, que su padre ha sido despedido, que un hermano tiene trastornos maniacodepresivos. Y aunque la pesada carga social que previamente caía sobre ciertos secretos, tales como el divorcio, puede haberse aliviado, nuevos secretos han tomado su lugar. Hoy en día me encuentro con individuos, parejas y familias conmocionadas, que se preguntan si deben contarle a la abuela que su nieto tiene SIDA, o cuándo conviene decirle a un niño que su padre biológico fue un donante de esperma.

Diariamente se nos dice en los talk shows*: "deja que las cosas se ventilen", y finalmente llegamos a descubrir que si imitamos lo que vemos en *Sally, Geraldo* o *Montel*, corremos el riesgo de crear serios problemas en nuestras relaciones íntimas. La literatura de autoayuda y la proliferación de programas "de los doce pasos para" nos recuerdan que "estamos tan enfermos como nuestros secretos" y promueven una apertura total, ignorando

* *Talk show:* tipo de espectáculo donde las personas cuentan ante el público, y generalmente ante cámaras, detalles íntimos de su vida privada. [T.]

las complicadas consecuencias sobre nuestras relaciones que tendría seguir este consejo. En la primavera de 1997, un nuevo emprendimiento de televisión por cable, la Recovery Network, comenzó a transmitir las veinticuatro horas del día, siete días por semana, los secretos contados por "adictos" a cuanta variedad de cosas se pudiera imaginar, empeorando un contexto ya de por sí sobrecargado de "voyeurismo" y pseudoapertura.

A medida que la tendencia cultural hacia las reglas de aplicación universal en lo relativo a los secretos se vuelve más influyente y generalizada, mi propia experiencia con familias me ha llevado en forma creciente a la posición que llamo "depende de la situación". En un cuarto de siglo nunca he encontrado dos familias cuyas experiencias con los secretos sean exactamente las mismas. He aprendido a respetar y aun a dar la bienvenida a la anárquica complejidad que conlleva cada secreto.

En 1993 edité el libro de orientación teórica, *Secrets in Families and Family Therapy.* Invité a veintitrés autores a explorar el tema de los secretos desde muchas perspectivas, incluyendo el contexto histórico que da vida a cualquier secreto en particular y al modelo según el cual se guardan los secretos; los muchos sistemas en la vida de una familia que influyen en las decisiones sobre lo que se mantiene en secreto y lo que se expresa abiertamente; los modos como los secretos afectan la comunicación, las relaciones, las emociones, la identidad, la fe y fiabilidad de la familia; distinciones entre lo secreto y lo privado; el modo como los secretos afectan el bienestar de la persona; y el modo como cada terapeuta trabaja las consecuencias individuales y de relación que se producen cuando se devela un secreto. La variedad de respuestas fue impactante, lo que reforzó mi creencia de que cada secreto es como un miembro de una familia, que refleja los esquemas familiares que le han sido transmitidos de generación en generación, pero que al mismo tiempo aloja un alma única y diferente.

Decidí escribir este libro para ofrecer a los lectores un modo de pensar los secretos de su propia vida y de reexaminar las decisiones que pudieran haber tomado acerca de lo secreto y lo expuesto con otra lente, que se desplace desde la vista panorámica de nuestra cultura a la instantánea en primer plano de nuestra cena familiar. He escrito este libro para hacer explíci-

tas las conexiones, usualmente implícitas o inadvertidas, entre los valores sociales, los significados culturales y las presiones institucionales, los temas, creencias y modelos de la familia de origen, y cada uno de los intentos cotidianos y específicos para reconciliarnos con lo secreto y lo expuesto al relacionarnos con las personas que amamos y cuidamos.

He organizado este libro de una forma similar a la que utilizo para pensar los secretos. Cada persona que conozco, que decide luchar con un secreto en particular, enfrenta una serie de circunstancias especiales que nunca ha experimentado. El resultado es siempre incierto. Al mismo tiempo, esta lucha es parte de la experiencia humana universal. Abren este libro los dilemas más comunes, importantes distinciones entre lo secreto y lo privado, y las categorías que hallé útiles para pensar los secretos.

Urdir un secreto, guardar un secreto, revelar un secreto. Todo esto modela y cambia nuestras relaciones más importantes. Cuando entrevisto por primera vez a una persona, una pareja o una familia que está lidiando con un secreto, comienzo por considerar el efecto del secreto en su vida. En el capítulo 2 analizo las formas en que los secretos modelan nuestras relaciones más íntimas: con nuestros padres, hermanos, cónyuges, hijos y amigos íntimos.

Cuando me topo con un secreto, trabajo con mis clientes para explorar el contexto más amplio de su experiencia y las decisiones con las que se enfrentan. Juntos, consideramos las creencias comunitarias que se tejen sobre los secretos, en particular, tal como se las divulga en los medios masivos. Examinamos las influencias desde el ángulo étnico, de raza, religión, género y clase social a la que pertenece el cliente. Exploramos la historia vivida por su familia: guerra, migración, cambios económicos. Pensamos sobre los modos como las instituciones han disparado secretos en sus vidas: secretos médicos, sobre adopción, enfermedades mentales, infertilidad, abuso sexual o muerte. En los capítulos 3, 4 y 5 me refiero a las consecuencias profundas y de largo alcance que estos sistemas más amplios producen sobre los secretos de nuestra vida.

A continuación, en el capítulo 6, me dedico a las decisiones cruciales sobre el ocultamiento y la revelación de un secreto, y lo hago sólo después de haber considerado todos los niveles que contribuyen a la existencia de un secreto.

Los secretos nacen, viven, crecen, cambian, se enquistan o se disuelven dentro de las personas, en las parejas, entre padres e hijos, y entre hermanos adultos y padres de edad avanzada. La consideración de la familia como un organismo dinámico, con cambios críticos en el ciclo vital, organiza mis pensamientos y acciones acerca de cada secreto. Los secretos pueden ser creados o destruidos en momentos clave del desarrollo familiar: un casamiento, el nacimiento de un hijo, una muerte. Así también se pueden fabricar o revelar en momentos en que el rumbo esperado de una familia se altera: una enfermedad, una violación, una adicción, un suicidio. Las parejas contraen y rompen compromisos, los niños nacen y crecen, los adolescentes exploran las fronteras de la vida dentro y fuera de la familia, los adultos jóvenes dejan el hogar, los padres envejecen, y los miembros de la familia mueren, a medida que el ciclo se repite una y otra vez. En medio de todo esto, los secretos nos cambian a nosotros y a nuestras relaciones en formas impredecibles. La segunda parte del libro, desde el capítulo 7 al 11, está organizada con el objeto de dar una perspectiva del modo como los secretos con que mis clientes y yo nos hemos topado alteran dramáticamente varios aspectos de la vida en el ciclo vital de una familia.

El marco de este libro está constituido por las preguntas que tanto nos han desvelado a mis clientes y a mí. "¿Cuándo se tiene el derecho a guardar un secreto? ¿Quién tiene la responsabilidad de revelar un secreto? ¿Cómo se sabe cuál es el momento adecuado para mantener un secreto o para revelarlo? ¿Cómo hacerlo dentro de un marco de seguridad para uno mismo y para los otros? ¿Cuáles son nuestras obligaciones para con las personas que amamos en lo referido a los secretos?" En mi trabajo no he encontrado respuestas invariables para estas preguntas. En los últimos 25 años, a veces con dudas y otras con humildad, he aprendido de las personas que deciden que no es el momento de revelar un secreto penoso que hacerlo pondría en riesgo más cosas que las que se ganan. He sido testigo (algunas veces con terror, más a menudo con alegría y siempre con profundo respeto) del valeroso recorrido seguido por las familias desde el secreto hasta su revelación. Sus historias son la fuerza vital de este libro. Lo ofrezco con la esperanza de que permita a sus lectores abarcar las complejidades de los secretos, de manera que generen sus propios juicios, posturas éticas y futuros imaginados, a medida que se encuentran con *secretos* en su propia vida.

Nota de la autora

Paradójicamente, supongo, un libro sobre secretos debe albergar una cantidad de estos. Los nombres, características identificatorias y otros detalles de los estudios de caso presentados aquí, han sido cambiados para proteger la privacidad y preservar las confidencias de las personas y sus familias. En algunas secuencias se ha combinado información de dos o más casos, formando amalgamas que contribuyen aun más a enmascarar identidades. Los lectores que crean reconocer a algunas de las personas que se describen en estos estudios de caso estarán, inevitablemente, equivocados.

PARTE I

SECRETOS EN LA ERA DEL TALK SHOW

1
Vivir los dilemas

> Para los seres humanos, los secretos son tan indispensables y tan temidos como el fuego. Ambos mejoran y protegen la vida, pero también pueden asfixiar, devastar y salirse de control. Ambos pueden ser utilizados para resguardar la intimidad o para invadirla, para nutrir o para destruir. Y cada uno de ellos puede actuar como su propio antídoto: se erigen barreras de secretos para resguardarse contra las tramas secretas o el entrometimiento subrepticio, así como se utiliza fuego para combatir el fuego.
>
> SISELA BOK

Cuando se toca la cuerda íntima de una familia, es muy posible que se encuentre un secreto. Se pueden guardar secretos ante el cónyuge, los hermanos, los padres, los hijos, los mejores amigos, o se pueden tener secretos compartidos con estas mismas personas. Hay secretos que toda una familia guarda ante el mundo exterior, con el deseo de protegerse y el temor de ser estigmatizada: que una hija nació cinco meses después del casamiento; que las "vacaciones" de un mes de la madre fueron la estadía en un centro de rehabilitación para drogadictos; que la humillante pérdida de trabajo del padre fue simplemente su decisión de "cambiar su estilo de vida"; o que un abuelo supuestamente inglés era un hombre de piel cobriza proveniente de la India. Se guardan secretos ante los niños, con la ilusoria esperanza de evitarles un dolor: que el padre es en realidad el padrastro, o que la madre está en prisión y no "de viaje". Hay secretos que todos conocen, tales como el alcoholismo del padre, que impiden que una familia cruce sus propios

límites, rígidamente defendidos, y pueda pedir la ayuda externa que necesita. Hay secretos tales como el SIDA o la homosexualidad, que se guardan ante el miedo real de perder el apoyo familiar, un trabajo, una vivienda. el lugar en la escuela o una amistad. Hay secretos que los débiles guardan ante los poderosos con el objeto de ganar seguridad, y secretos por medio de los cuales se ejerce coerción, en forma tiránica, contra los que no tienen ni voz ni voto.

Un secreto puede pasar silenciosa e inconscientemente de generación en generación como si fuera una reliquia de familia que esconde una trampa explosiva. Una joven queda embarazada antes del casamiento y se la echa del hogar. Diez años más tarde, descubre que su madre había quedado embarazada de ella antes de casarse y que se la había obligado a abandonar la familia, lo que le produjo una herida que nunca cicatrizó. Otra joven se arranca el cabello y su madre la hostiga calificando su conducta de "autodestructiva". Fuera de todo conocimiento de la niña está el secreto de la muerte de su abuela, causada por una sobredosis de heroína; una muerte que su madre trató de evitar con desesperación y valentía, y a la que se refiere en términos de "autodestructiva".

O un secreto puede nacer mañana mismo y echar raíces con rapidez, al modo de una indeseada maleza en el jardín, que invade todos los rincones de la vida familiar con sus guías espinosas.

Es indudable que los secretos no existen en forma aislada. En mi trabajo con personas que se debaten para tomar alguna decisión acerca de los secretos ("¿Lo cuento? ¿Lo guardo en silencio? Si lo cuento, ¿a quién?"), me resulta evidente que todo secreto que se pueda concebir existe dentro de la complicada trama de la historia familiar y social, de las relaciones pasadas y presentes, de emociones intensas, de creencias arraigadas, de los significados que se le atribuyen y de un *futuro imaginado.*

En tanto que no hay dos fuentes, instancias o contextos del secreto que sean exactamente iguales, las complicaciones y ambigüedades engendradas por estos nos llevan a declarar en forma absoluta: "cuéntalo siempre" o "nunca lo cuentes". A través de los años mis clientes, mis alumnos y los periodistas me han presionado para que establezca reglas generales para

manejar cualquier tipo de secretos: "¿Los cónyuges deben contarse todo? ¿A qué edad los niños deben enterarse de los secretos de la familia? ¿Todos los secretos son malos para las relaciones?". La difundida literatura de autoayuda de las últimas dos décadas ha contribuido a consolidar la errada creencia de que podemos encontrar una respuesta que se adecue a todas las situaciones. Cuanto más trabajo con las familias y sus secretos, más convencida estoy de que debemos desechar esta exagerada simplificación tan poco satisfactoria y que debemos ampliar nuestra capacidad para dar cabida a las complejidades que nos presentan los secretos.

Vivir excluido de un secreto

Gisela Kroch tenía 38 años cuando la conocí. Acababa de divorciarse de su esposo norteamericano, con quien había vivido en Austria. Describía una vida preocupada y al mismo tiempo perturbada por un único deseo: "ser norteamericana".

"Desde pequeña quise vivir en Estados Unidos. No me interesaba nada que tuviera que ver con Austria, ni con el pueblo donde nací en 1948, ni con la historia de mi familia. Tan pronto como pude aprendí inglés y pasé mi adolescencia leyendo literatura y escuchando música norteamericanas. De niña, mi fascinación por los Estados Unidos se encontró con el pétreo silencio de mi madre y el enojo de mi padre. Cuando pedía libros en inglés me los negaban. De adolescente comencé a declarar que algún día me iría a vivir a ese país. Mis padres y yo peleábamos continuamente acerca de esto, lo que fomentaba mi idea de partir. Mi hermano me decía que era ridícula. Siempre lo sentí muy cerca de mis padres, especialmente de mi padre, en contraste con mi propia sensación de distancia, de falta de pertenencia. Tenía pocos amigos. Pasaba mucho tiempo mirando películas, leyendo revistas y pensando sobre modas norteamericanas."

Gisela creció añorando un vínculo más estrecho con su madre y consciente de una cierta tristeza que nunca parecía desaparecer de sus ojos. "Comencé a disfrutar verdaderamente el enojo que podía provocar en mis padres cuando insistía con Estados Unidos. En mi familia había o enojo o silencio. Yo odiaba el silencio. Nunca lo entendí hasta hace muy poco."

Alrededor de un mes antes de que la conociera, Gisela había estado de visita en el hogar de sus padres. Cuando caminaba hacia la puerta, oyó que sus padres reñían. Ignorando su presencia, gritaban el misterio que había orientado las decisiones de Gisela a lo largo de su vida y que había moldeado su identidad. Paralizada, escuchó cómo sus padres se reprochaban mutuamente sucesos ocurridos cuarenta años atrás, de los que nunca se había hablado.

Durante la Segunda Guerra Mundial, el padre de Gisela había sido tomado prisionero por la marina norteamericana y había vivido durante dos años en un campo para prisioneros de guerra en los Estados Unidos. Al finalizar el conflicto, mientras su padre estaba todavía ausente, la madre de Gisela tuvo una aventura fugaz y clandestina con un soldado norteamericano. El hermano de Gisela, que por entonces tenía 12 años, sorprendió a la madre con su amante y reveló el secreto a su padre cuando este regresó al hogar. Dos años más tarde, cuando sus padres se esforzaban por rehacer el matrimonio, nació Gisela, en una familia marcada por una pena indudable pero no declarada. Nunca contaron esta historia en su presencia. Obviamente, se preocuparon por mantener el silencio.

"Durante años presencié cómo mi padre atormentaba a mi madre con palabras crueles. Criticaba todo lo que hacía, y yo deseaba que ella le hiciera frente. Recién ahora comprendo que ella debía pensar que merecía ser tratada de esa forma. ¿A qué sentimientos ponía voz cada vez que yo hablaba de ir a vivir a Estados Unidos? ¿Cómo me las ingenié para elegir un esposo norteamericano que estaba de visita en Austria?"

Gisela vivió excluida de un secreto central de la familia hasta poco tiempo antes de que la conociera. Sin duda, percibiendo un misterio no dicho, organizó toda su vida en respuesta a todo lo que, en su familia, había sido silenciado. Se convirtió en la depositaria de las ansiedades de la familia, originadas en lo que ocurrió durante la guerra. Y aunque la Segunda Guerra Mundial había finalizado, las batallas entre los aliados y el Eje seguían golpeando con mucha violencia en las relaciones confusas y ásperas de esta familia. Raptos de enojo contenido, culpa, traición y tristeza se congelaron en las fantasías de una niña acerca de una tierra lejana, en los exabruptos de una adolescente provocativa, en la impulsiva elección de esposo de una

joven. Con la intensidad común a todos aquellos que descubren que las decisiones centrales de su vida han sido tomadas sin contar con información fundamental, Gisela me dijo: "Ahora tengo que reconsiderar toda mi vida".

Vivir dentro de un secreto

El vivir excluido de un secreto central de la familia puede moldear la identidad y la conducta, generar sentimientos de inseguridad, lejanía y desconfianza, y también puede contribuir a que se tomen decisiones cruciales sin contar con la suficiente información. El vivir dentro de un secreto puede generar una extraña mezcla de responsabilidad, poder, angustia, actitud protectora, vergüenza, agobio y miedo. Gran parte de todo esto depende del modo en que se ha llegado a vivir dentro de un secreto. ¿Es usted quien originó el secreto? ¿Es el receptor de la confidencia de otra persona? ¿Guarda un secreto por propia decisión, bajo coerción, o a partir de alguna complicada combinación entre ser fiel a una relación y al mismo tiempo sentirse por ello culpable en otra relación?

La complejidad de vivir dentro de un secreto se puede escuchar en muchas voces diferentes:

- "¿Qué es más importante, que esté mintiendo todos los días a mi hija o que la mantenga al margen del dolor de saber que mi esposa se está muriendo?", me preguntó Seymour en su primera sesión de terapia. Vino a verme cuando Janice, su hija, tenía 11 años y Esther, su esposa, se encontraba en la etapa terminal de un cáncer óseo. "Janice sabe que su mamá tiene un 'problema de columna' y que debe guardar cama. Todos me dicen que muy pronto descubrirá la verdad. Yo no sé qué hacer." Aquí, el amor y la protección estaban entretejidos con el miedo y el engaño. Mientras hablábamos me di cuenta de que tendría que ayudar a Seymour a que se preguntara y ampliara el significado que tenía para él ayudar a una niña a sentirse segura en medio de una pérdida aterradora y trágica. Al vivir

excluida de este palpable secreto, Janice había comenzado a despertarse varias veces durante la noche para "ver cómo estaba mamá". Al vivir dentro del secreto, Seymour se dio cuenta de que mantenía a su hija a cierta distancia, precisamente en el momento en que necesitaba consolarla.

• "Soy la única en la familia que sabe que mi madre todavía es adicta a los tranquilizantes", dijo Karen. "Todos los demás creen que está recuperada. En realidad, esto me da cierto poder en mi relación con ella. Sabe que yo sé, y esto la mantiene apartada de mí, de un modo que me gusta. Prefiero dejar las cosas como están." Karen había elegido utilizar el conocimiento del secreto de que su madre tenía adicción a determinada droga para sentir que tenía cierta ventaja en una relación dolorosa, pensando que era lo mejor que podía obtener. Recién después de sucesivas charlas, comenzó a pensar cómo afectaba esto sus relaciones con todos los demás miembros de la familia, promoviendo distancia, sentimientos de aislamiento, y resentimiento entre ella y sus dos hermanos. El aprieto en que se encontraba Karen no admitía soluciones simplistas. "Si cuento el secreto de mi madre, me imagino que voy a necesitar estar preparada para cambiar muchas cosas en mi relación con ella. Pienso que me voy a sentir más responsable y más vulnerable. Si mantengo el secreto, la relación con mis hermanos va a continuar siendo distante y superficial."

• "Odio las reuniones familiares. No quiero ir a una reunión más de Acción de Gracias donde tenga que ser cortés y cordial con mi tío", me confió Cathy. El tío de Cathy vivía en el piso superior del edificio donde su madre viuda tenía el departamento. Durante los primeros años de la adolescencia de Cathy, este había abusado sexualmente de ella. "Descubrir esto destrozaría brutalmente a toda la familia. Mi madre necesita a mi tía. Mi tío confía en que yo voy a permanecer leal a mi madre; así es como cuenta

con que puede salir airoso de esto. Ya no me puede herir más, pero me carcome que se quede tranquilo sabiendo que está protegido por el amor que le tengo a mi madre." A medida que me describía lo que ella pensaba de la vida, que "elijas lo que elijas te va a ir mal", se hizo evidente que el sentimiento de estar atrapada que tenía Cathy alcanzaba a todas sus relaciones y paralizaba su sensación de estar viva.

- "El piensa que guardar ante sus padres el secreto de que es gay es su propia decisión, pero me afecta también a mí." Cal y Jim habían consultado para una terapia de pareja. Cal no ocultaba su homosexualidad a su familia, a sus amigos ni a sus compañeros de trabajo. Jim no se lo había dicho prácticamente a nadie. "Este secreto me hace sentir que está avergonzado de nuestra relación. Pasamos todas las vacaciones separados. Me costó mucho mostrarme como soy, y ahora aquí estoy, ¡viviendo *su* vida secreta!" Jim simplemente movía la cabeza negativamente y con lentitud, mientras hablaba Cal. "Lamento que mi decisión de no contarlo lo agobie, pero conozco a mis padres. Sigo sintiendo como si tuviera que elegir entre perderlo a Cal o a ellos."

Durante años, muchos de mis clientes y yo hemos luchado para dar respuesta a las complejas preguntas que asedian la vida de quienes guardan un secreto. En tanto que las respuestas son diferentes en cada situación (lo que me recuerda a cada paso que los secretos nunca admiten fórmulas sencillas), las preguntas se repiten en cada conversación prudente: "¿De quién es la responsabilidad de revelar un secreto, especialmente si el contenido del mismo es sobre otra persona? ¿Cuándo está bien romper la promesa de guardar un secreto? ¿Si cuento un secreto, quiere decir que tengo que contar los otros? ¿Cómo determino a quién contarlo? ¿Cuándo se cruza el límite entre la protección y la arrogancia al guardar un secreto? ¿Y cómo se mide la aparente certeza del silencio contra las impredecibles consecuencias de ventilar aquello que previamente era innombrable?"

Cuando los secretos afectan nuestra relación con nosotros mismos y con los otros

Los secretos nacen, respiran, permanecen vivos, estallan o se resuelven en el marco de nuestras relaciones más significativas. Ellos modelan, facilitan y restringen nuestras posibilidades para vincularnos tanto dentro de la familia como fuera de ella. Las naciones, las culturas, las instituciones, las familias y los individuos guardan y revelan secretos. La decisión de crear y conservar un secreto tiene raíces profundas y complicadas. En tanto resulta simple decir que guardamos en secreto lo que nos produce vergüenza y lo que tememos no poder afrontar, los temas complejos que debemos considerar habitan tanto en la génesis como en la disolución de esta vergüenza y de este miedo. La intimidación proveniente de otras personas puede producir y apuntalar nuestros silencios. El temor de perder al cónyuge, a un amigo querido, un trabajo, o nuestro sentido de identidad, nos puede llevar a sellar a fuego el cofre de nuestros secretos. También podemos guardar secretos para proteger a las personas que amamos, para luego encontrarnos atrapados en un pantano donde se confunden la protección y el engaño que erosiona las mismas relaciones que esperábamos preservar. Otras veces mantenemos los secretos para protegernos a nosotros mismos o para asegurarnos el poder, y al hacerlo, traicionamos a los cónyuges, a los padres, a los hermanos, a los hijos o a los amigos.

Cualquier secreto puede provocar el anquilosamiento de nuestro sentido de identidad y de nuestra posición respecto de las otras personas. La flexibilidad para dar respuesta a los problemas, la capacidad para cambiar nuestra relación con los demás, y nuestra propia habilidad para expandirnos y crecer con el paso del tiempo, a menudo desaparecen cuando nos sentimos atrapados en una trama de secretos.

Si bien la creación o la disolución de un secreto pueden ocurrir en cualquier momento, gran cantidad de secretos se gestan o se revelan en períodos de un intenso cambio en las relaciones, tales como el casamiento, el divorcio, el nacimiento de un niño, la partida del hogar o la muerte. Un secreto construido en estos puntos cruciales del desarrollo puede detener la evolución natural de las cosas. Las relaciones que comúnmente cambiarían y crecerían, se congelan en el momento en que la

presencia de un secreto encierra a las personas involucradas. Un secreto que se ventila, a su vez, cuando ocurren otros cambios sustanciales (antes de un casamiento o apenas acaecida una muerte), puede provocar conmoción en las relaciones de la familia, produciendo más confusión que claridad.

Cuando faltan las palabras, las acciones ocupan ese lugar

Elana Sokel, de 10 años, se veía triste y asustada mientras su madre me describía con enojo cómo la había traído a su casa la policía, dos noches antes, después de que un comerciante la había sorprendido tratando de robar una bufanda. "Es la tercera vez en este año; van a terminar llevándote si no la terminas con eso", le gritaba la madre mientras Elana se encogía y permanecía en silencio. "No entiendo; siempre fue la mejor de mis hijos hasta este año". Me preguntaba qué podía estar pasando en la vida de esta niña pequeña y en su familia para explicar esta conducta a su desolada madre. Elana, la más pequeña de tres hermanos, había sido, sin duda, una buena estudiante que gozaba de popularidad. Sin embargo, hacía unos meses que regresaba sola a su casa y había dejado de jugar con sus amigos, que hasta ese momento acostumbraban a estar constantemente en su casa. Su boletín más reciente describía a una pequeña cuyos problemas iban en aumento. Elana no hizo otra cosa que sacudir la cabeza y permanecer muda cuando le pregunté qué pensaba que le estaba ocurriendo. Horas después, esa misma tarde, entrevisté a su madre a solas.

"Mi marido está preso por desfalco. Elana no sabe. Mis hijos y yo le hemos dicho que está trabajando en el exterior. El la llama una vez por semana. Cuando lo arrestaron, Elana tenía ocho años. Escondí las historias que aparecieron en el diario y esperé que nadie en el vecindario le dijera nada. En general, no pregunta por su padre, así que no pienso que se esté acordando mucho de él. Ultimamente, me pregunta por qué no le compro determinados juguetes. No veo el sentido que pueda tener responderle que no tengo el dinero para comprarlos. No sabe que no tenemos ningún ingreso. Ahora que se está metiendo en tantos problemas, siento más que nunca que no debería contarle sobre el papá. Simplemente espero

que nadie descubra sus escaramuzas en los comercios; la gente va a pensar que es una cuestión de familia." La vergüenza que envolvía sus palabras inundó el cuarto. Con seguridad, Elana degustaba esta vergüenza con el cereal de su desayuno, cada día antes de salir y, sin embargo, su origen le era absolutamente desconocido.

Una conducta como la de Elana resulta misteriosa e inexplicable al comienzo. ¿Por qué una deliciosa niñita comienza a cometer raterías? Sólo cuando nos enteramos del secreto que se le oculta sobre la conducta delictiva de su padre, y de su encarcelamiento, la conducta de la niña comienza a tener sentido.

A pesar de no conocer el contenido del secreto, Elana, sin duda, experimentó la ansiedad de su familia cada vez que su padre llamaba desde la prisión. Como muchos niños, percibía cuando la familia le estaba mintiendo. Su rápida declinación económica resultaba, al mismo tiempo, obvia y oculta. Al vivir en los límites de una dolorosa ocultación, Elana dramatizaba una y otra vez el secreto de la conducta delictiva en la familia.

He presenciado en mi trabajo cómo conductas que de otro modo resultan inexplicables, a menudo son modos de hacer un comentario metafórico sobre lo que no puede ser mencionado. Un niño pequeño que se niega a hablar cuando está fuera del hogar; los raptos de furia de un homosexual adolescente que le impiden relacionarse con el mundo exterior; o los fuertes dolores de estómago de una mujer adulta que aparecen justo un momento antes de actividades sociales que involucran a la amante secreta de su esposo; todos pueden ser signos de que los secretos se conocen en un nivel no verbalizable.

He entrevistado a muchas familias que están tan avergonzadas del alcoholismo, la drogadicción, los desórdenes de la alimentación, las enfermedades mentales o la actividad delictiva, que se niegan a admitir lo que está ocurriendo ante sus narices. Este silencio impide que una familia reciba ayuda o contención.

En la familia de Elana, la conducta delictiva del padre provocó una gran vergüenza. En su deseo de proteger a Elana de esta mortificación abrumadora, su familia mantuvo en secreto el encarcelamiento de aquel, y luego debió sostener este secreto con mentiras. Consecuentemente, la vergüenza engendra el secreto, que en forma circular, refuerza un sentimiento de mayor vergüenza que impide alcanzar los necesarios recursos que brindan las relaciones interpersonales y la terapia.

Cuando las familias tienen secretos horribles e incomunicables, la conducta de uno de sus miembros puede ser a veces un elemento de distracción eficaz, que suministra a todos un tema de conversación seguro aunque perturbador. Cuando entrevisté por primera vez a Elana y a su mamá, se hizo inmediatamente evidente que la conducta de la niña se había convertido en el tema de interminables discusiones en la familia, garantizando de este modo que los temas verdaderamente cruciales, del desfalco cometido por el padre, su encarcelamiento y la terrible vergüenza de la familia no tuvieran espacio en las conversaciones. Como es el caso en muchas familias, donde los niños proveen tremendas conmociones que desvían del secreto central, la de Elana determinó que la conducta de esta era una prueba más de que el secreto debía permanecer sepultado.

Cuando la conducta cumple realmente el papel de desviar la atención de aquello que se calla, un terapeuta tras otro pueden intentar intervenir, apuntando en forma equivocada a estas señales a nivel biológico, conductual, intrapsíquico o interpersonal, pero dejando de lado por completo la inimaginable maraña de secretos en que esas acciones están sumergidas.

Cuando hablé por primera vez con la mamá de Elana, me llamó inmediatamente la atención lo ansiosa que se mostraba. Estar siempre en guardia para que un secreto no se descubra provoca ansiedad. En cualquier momento, lo que debe permanecer escondido puede surgir. Simultáneamente, aquellos que quedan fuera del secreto experimentan tensión en la relaciones de la familia o en la terapia. La ansiedad ligada a la conservación de un secreto se transmite a los que no lo conocen. Fue así como no tuvimos un intercambio fácil en nuestra conversación inicial. Más bien, experimenté una poderosa necesidad de parte de ella de guiar nuestra conversación, para que yo no preguntara sobre aquello que no debía saber.

Tipos de secretos

He descubierto la necesidad de establecer distinciones entre los distintos tipos de secretos. Paradójicamente, las mismas acciones que se desarrollan para crear secretos que generan dolor pueden utilizarse para crear secretos que posibilitan la

alegría. La conducta que modela los secretos destructivos es similar a la conducta que intensifica el desarrollo individual, familiar y cultural. Imponer el silencio, seleccionar lo que se dice, producir charlas subrepticias y hacer confidencias susurradas, son todos recursos que pueden ser utilizados al planear una fiesta sorpresa o para encubrir una pedofilia. En mi trabajo con los secretos, he necesitado diferenciarlos por el propósito, la duración y el resultado.

Secretos placenteros

Estos tienen un tiempo limitado y se realizan con propósitos de diversión y sorpresa; los podemos encontrar en regalos, fiestas o visitas inesperadas. Los *secretos placenteros* pueden producir el temporario desplazamiento de las relaciones y crear nuevos lazos. Una niñita puede participar de un *secreto amable* con su padre para sorprender a la madre con un nuevo gatito, y sentirse momentáneamente adulta. Los hermanos adolescentes que usualmente pelean se reúnen para planear algo para el aniversario de sus padres. La revelación de secretos placenteros a menudo brinda una visión positiva de la persona o la relación.

Los secretos placenteros protegen y expanden nuestro sentido del yo. El mismísimo primer juego de ocultación del bebé (se fue, acá está) no es otra cosa que el descubrimiento de los placeres del ocultamiento momentáneo. Los escondites de los niños pequeños, los diarios guardados bajo llave de los adolescentes y las inefables esperanzas y sueños que llevamos en nuestro corazón son los secretos placenteros que entrelazan nuestras vidas.

Secretos esenciales

Muchos secretos promueven los límites necesarios que demarcan una relación. Tales secretos son esenciales para el bienestar. Una familia puede tener su propio lenguaje privado, incluyendo palabras especiales y queridas que fomentan y mantienen la cercanía. Un secreto esencial entre los cónyuges crea, además de intimidad, un sentimiento de conocer a la otra persona como nadie

más la conoce. En mi trabajo con parejas, a menudo me han relatado acerca de secretos sobre la vulnerabilidad: secretos de almohada referidos a miedos e inseguridades. Por el mismo hecho de ser confiados a la otra persona, estos secretos intensifican la cercanía y la unión en una pareja, en tanto marcan la diferencia de relación con los hijos, los padres y los amigos, por medio de la connotación de "esto es entre nosotros dos". He descubierto que cuando los secretos esenciales surgen en la terapia, son una señal de creciente confianza; ceden las barreras de la defensa. He escuchado cuando el esposo le cuenta por primera vez a su mujer, después de 16 años de matrimonio, que la razón por la cual da un paso al costado en lo relativo a la disciplina de los niños y deja todo en manos de ella, se debe a que su propio padre le pegaba. He presenciado la transformación de una pareja de lesbianas, distante y enojosa, cuando una de las mujeres le cuenta a la otra sobre los frecuentes y ocultos intentos de suicidio de su madre, los que, en su infancia, la mantuvieron como rehén. He sido testigo de cómo la ternura reemplaza a la hostilidad, cuando un esposo finalmente le dice a su mujer que le han diagnosticado diabetes, explicando por fin el motivo de su reciente imposibilidad de mantener una erección y su negativa a hacer el amor.

Los secretos esenciales son parte de los "contratos" en nuestras relaciones, y romperlos puede ser un acto de traición. En la obra de teatro *Quién le teme a Virginia Woolf*, de Edward Albee, presenciamos horrorizados cómo George y Martha despedazan sus secretos esenciales, uno tras otro. En la terapia, he sido testigo de cómo un marido se avergonzaba cuando la esposa me contaba acerca de un fracaso de él en los negocios, que ella había prometido no mencionar. He visto cómo una mujer lloraba más por sus secretos, inescrupulosamente contados por el marido a su amante, que por la infidelidad de este.

Por contraste con los secretos placenteros, que son temporarios y se crean para beneficiar a otra persona, los secretos esenciales son duraderos y se crean para propiciar el desarrollo del yo, las relaciones y las comunidades.

De adolescentes, la mayoría de nosotros guardó secretos ante sus padres. Los pensamientos y las creencias que diferían de los de nuestra familia vivían en las sombras. Secretamente, probábamos las conductas que facilitaran los pasos tendientes hacia la adultez y, por último, a dejar el hogar. Estos

secretos daban forma a nuestras amistades y de ellos se desprendía un necesario sentimiento de separación de la familia. Probablemente, una o dos décadas después, sentados alrededor de la mesa del comedor, compartimos estos secretos con nuestros padres, que rieron y lanzaron un suspiro de alivio por desconocerlos en su momento.

Muchos rituales de iniciación tienen aspectos que requieren del secreto para diferenciar a los participantes de las otras personas, en virtud de un conocimiento nuevo y especial. Cuando se les cuentan a los adolescentes los secretos de la adultez, se les prohíbe contarlos a niños más pequeños. Esta información secreta marca, precisamente, su entrada en una nueva fase de la vida. De modo similar, las religiones pueden tener prácticas secretas, sólo conocidas por aquellos que pertenecen a las mismas. La pertenencia a un grupo está definida por el conocimiento de los secretos.

Finalmente, los oprimidos pueden crear secretos esenciales, a menudo alrededor de la protección o la huida. Fue así como los afronorteamericanos esclavizados codificaron planes de huida en las letras de "spirituals", tales como *Vadear en el agua*, que señalaba el sitio de una reunión río abajo. Al presente, los refugios para mujeres golpeadas guardan sus ubicaciones en secreto, con el objeto de proporcionar protección básica para sus ocupantes.

Secretos nocivos

Los secretos nocivos envenenan nuestras relaciones. Un secreto nocivo pudo haberse formado tres generaciones atrás o el mes pasado. En ambos casos, las historias clave de la familia permanecen silenciadas e inaccesibles. Estos secretos diezman nuestras relaciones, desorientan nuestra identidad y desquician nuestra vida. Asimismo, cercenan nuestra capacidad para realizar elecciones claras, para utilizar recursos en forma eficaz y para participar en relaciones auténticas. Mantener estos secretos a menudo tiene efectos negativos crónicos en la capacidad para solucionar problemas, en el repertorio temático de las conversaciones, en las percepciones y el bienestar emocional. Aun cuando nadie se encontrara en peligro físico o emocio-

nal inmediato, los secretos nocivos quitan energía, promueven ansiedad, abruman a quienes los conocen y confunden a los que no los conocen.

Al vivir dentro de un secreto nocivo se amplifican nuestras dudas acerca del modo como las otras personas nos puedan responder. Si guardo un secreto ante mi mejor amiga, ¿puedo verdaderamente confiar en su amistad? ¿Contaría con su aprecio si supiera lo que oculto? Una mujer me dijo: "Si mi esposo supiera que me hice un aborto antes de conocerlo, se enojaría conmigo. Pero como no puedo decírselo, tampoco puedo creer en su amor". Un adolescente me dice con la cabeza gacha: "Soy un fraude. Mis padres siempre dicen a todos que soy fantástico. Si supieran todo lo que me he copiado en la escuela, seguro que no querrían saber nada más conmigo".

Vivir excluido de un secreto nocivo nubla nuestra visión. Al presentir un secreto pero no contar con su confirmación, comenzamos a dudar de nuestras propias percepciones. ¿Qué estamos viendo cuando se nos dice que no estamos viendo lo que pensamos que vemos? Cuando Lucas Gordon, de 10 años, vino a verme con su papá y su mamá, se negó a hablar en la reunión. Se hizo un ovillo sobre el sillón, entre sus padres. Por dos meses no había querido estar en la mesa durante la cena, única oportunidad del día en que ambos progenitores estaban juntos. Cuando la madre me dijo que ella y su esposo se llevaban bien, Lucas se cubrió la cabeza con la chaqueta. Sólo cuando Lucas abandonó el cuarto por un momento, su padre me contó que él y su esposa estaban planeando divorciarse; pero que Lucas "no lo sabía".

Dado que al guardar un secreto nocivo no siempre se producen crisis agudas, tales secretos tienden a dilatar su existencia por mucho tiempo, generando un sentimiento de confusión con respecto a si se debe contar, a quién y cuándo. ¿Cómo determinar, por ejemplo, que el secreto del suicidio de un hermano, un secreto guardado ante los niños cuando eran pequeños, debe contarse ahora que ya son jóvenes adultos?

Vivir con un secreto nocivo puede resultar como vivir en una olla a presión. La necesidad de contarlo puede crecer y crecer hasta explotar de un modo no planeado y lacerante, o el secreto puede filtrarse a través de indicios, aparentemente inadvertidos, que fuercen a alguien a revelarlo.

En el conocido filme *Secretos y mentiras*, de 1996, una madre ha guardado un secreto ante su hija. Tiene otra hija, a quien dio en adopción. Nunca ha pensado en decírselo a la primera, que ahora cuenta con veinte años. La madre, Cynthia, es blanca. La niña que cedió, Hortense, es negra, algo que Cynthia ignora. Cuando Hortense reaparece en su vida, Cynthia, que se encuentra sola y bastante distanciada de la hija que crió, comienza a forjar una relación próxima y significativa con ella. En lugar de pensar cuidadosamente cómo contarle a su segunda hija, de un modo adecuado, lo sucedido, Cynthia trae a Hortense a la fiesta de cumpleaños número 21 de su segunda hija y revela el secreto de un modo impulsivo e imprudente, sin considerar las consecuencias.

En mi trabajo como terapeuta de familia, a menudo me veo enfrentada a situaciones donde los secretos nocivos han sido revelados descuidadamente, dejando como secuela un profundo deterioro de las relaciones en cuestión. En un examen más minucioso, este aparente descuido resulta ser ansiedad que no pudo ser contenida durante más tiempo. Es indudable que los secretos nocivos que son revelados en forma imprudente llevan más tiempo en resolverse que cuando se lo hace de un modo cuidadosamente planeado.

Si se es el depositario de un secreto nocivo, se debe contar con el tiempo para considerarlo con cuidado y prepararse para sacarlo a la luz. Esta preparación, de acuerdo con mi experiencia, reduce la ansiedad, permitiendo pensar antes de actuar. Se debe estar consciente de que el descubrimiento de secretos nocivos a menudo produce en una familia un necesario desequilibrio; probablemente llevará un tiempo hasta que la identidad del individuo y de la familia se restablezca, y hasta que las relaciones cicatricen y tomen nueva forma.

Secretos peligrosos

Me senté ante el espejo de una cámara Gesell un día de 1984 para observar a un terapeuta de fama mundial que conducía una entrevista con una madre, un padre y su hija de 16 años. La hija se incomodaba cada vez más a medida que se desarrollaba la entrevista, pero el terapeuta continuaba abrien-

do camino, formulando preguntas sobre las relaciones de la familia. Mientras atendía, me resultaba claro que la hija daba todos los indicios posibles, sin decirlo en forma directa, de que el padre estaba abusando sexualmente de ella. La madre comenzó a sollozar. Sabía lo que le estaba ocurriendo a su hija, pero hasta ese momento había decidido proteger a su esposo. Cuando la mujer comenzó a revelar el secreto, el marido se levantó de un salto y tiró del cable que conectaba el micrófono y la cámara de vídeo: un secreto peligroso había sido revelado, alterando profundamente las relaciones entre los miembros de esta familia y con el mundo exterior. Como en la apertura de cualquier secreto peligroso, este requeriría un cambio inmediato para garantizar, primero y principalmente, la seguridad de la hija.

Hay secretos que colocan a las personas ante un riesgo inmediato o ante tal torbellino emocional que su capacidad de funcionamiento se ve amenazada; por ejemplo, secretos sobre maltrato físico o abuso sexual de niños, esposas golpeadas, alcoholismo discapacitante, drogadicción, y planes para cometer suicidio o dañar a otra persona. En muchas de las órbitas públicas, el descubrimiento de secretos peligrosos requiere la acción. Por ejemplo, si me entero de que un cliente planea dañar a otra persona, estoy legalmente obligada a romper el normal compromiso ético de confidencialidad bajo la figura llamada "el deber de avisar". Los adultos en posiciones de responsabilidad con respecto a los niños deben informar acerca de situaciones en las que existe la sospecha de un abuso de menores.

En contraste con los secretos nocivos, que permiten cierto tiempo para considerar cuidadosamente el efecto de la persistencia del secreto o su revelación sobre una red de relaciones, los secretos peligrosos a menudo exigen una acción rápida e inmediata para salvaguardar la vida. Si se está considerando qué hacer con el conocimiento de un suicidio en la familia, ocurrido en la generación anterior, se puede contar con todo el tiempo necesario. Es lo que hace posible la reflexión sobre quién debe saberlo y qué se ganará y perderá al darlo a conocer. Se puede analizar cabalmente cómo cambiarían las relaciones en la familia al revelar este secreto, o cómo se alterarían los mitos y creencias sobre la persona que se mató. Pero si la mejor amiga de su sobrina le confía que planea matarse, el lujo

de la reflexión ya no es posible. Más bien, se debe actuar rápidamente para protegerla, aun cuando esta acción pueda quebrar su confianza.

Intimidación, miedo, poder sobre otros y sometimiento están, usualmente, entrelazados con los secretos peligrosos. En un secreto peligroso, a menudo la persona sometida vive en un contexto de gran amenaza física y emocional, y siente que si da a conocer el secreto, el daño podría ser mayor. La persona con poder para causar daño y demandar silencio en los secretos peligrosos frecuentemente invoca la "privacidad": "Lo que ocurre en nuestra casa es cosa nuestra", oscureciendo de este modo la importante diferencia entre el secreto y la privacidad.

¿Privacidad saludable o secreto patológico?

En mi trabajo con familias, he hallado que la distinción entre lo secreto y la privacidad es crítica y resbaladiza, al mismo tiempo. Una pareja me consulta ante el proyecto de embarazo por medio de una donación de óvulo. Me preguntan: "¿Si tenemos una niña de este modo y nunca se lo decimos, estamos guardando un secreto ante ella o es un asunto nuestro?". En otra pareja, un esposo insiste ante mí en que tiene derecho a tener una cuenta bancaria especial, que sea secreta para su esposa. "Es privado" , comenta. Cuando le pregunto cómo le resultaría que su esposa hiciera lo mismo, me dice que eso significaría que guarda un secreto ante él. Una mujer hace su testamento dejando todo su dinero a los hijos de su primer matrimonio y no se lo cuenta a su nuevo marido. ¿Es esta una cuestión privada o un problemático secreto ante él?

Un marido que pega a su mujer o un padrastro que abusa sexualmente de su hijastra, llama privacidad a lo que en realidad es lo secreto. Una persona con SIDA puede ser acusada de guardar un secreto ante sus vecinos, cuando en realidad está actuando amparada por su derecho a la privacidad. Cuando esa misma mujer se niega a contar a su compañero sexual que es HIV positiva, el mantener la privacidad al instante se transforma en guardar un secreto peligroso. Un marido puede considerar una aventura extramatrimonial como privada, mientras su esposa apenas intuye que está inmersa

en un secreto nocivo y toma decisiones sin contar con esta información crítica. Una madre biológica que entrega a su niña en adopción puede considerar su deseo de no ser conocida ni entrar en contacto con su niña como parte de su derecho a la privacidad. El gobierno hasta puede reglamentar esta privacidad en leyes. Sin embargo, es posible que un adoptado adulto considere esta misma información como un secreto esencial sobre su vida, información que nadie tiene derecho a negarle. Una adolescente puede pensar que su vida sexual es privada, en tanto que sus padres opinan que está guardando un secreto en forma inapropiada. Sostener que algo es privado puede estar inadmisiblemente puesto al servicio propio o ser un medio adecuado de protección.

El concepto de qué es secreto y qué es privado cambia con el tiempo, las culturas, las circunstancias sociopolíticas, dependiendo de lo que una determinada cultura o una familia en particular estigmatiza o valoriza. Por ejemplo, la relación sexual de una pareja casada heterosexual es considerada asunto privado en nuestra cultura, en tanto que la relación sexual de una pareja homosexual a menudo debe ser conservada en secreto, dado que no está protegida por la ley y es, ciertamente, blanco de prejuicios que violan la privacidad. El dilema de qué es privado y qué es secreto se pone en juego en el debate legal y moral todavía no resuelto acerca del derecho de una adolescente a tomar su propia decisión con referencia a un aborto y la exigencia de la notificación o el consentimiento de los padres.

Lo secreto y lo privado algunas veces coexisten en una paradójica relación circular. Cuando se hace algo que limita la privacidad en algún nivel de los muchos sistemas sociales yuxtapuestos en los que vivimos, es probable que respondamos creando un secreto en otro nivel. Cuando el ámbito de la privacidad personal es redefinido por la legislación, los tribunales, las compañías de seguros o los hospitales, por ejemplo, los individuos y las familias pueden responder con el ocultamiento de un secreto. Las personas con SIDA a menudo viven guardando cuidadosamente el secreto de su enfermedad. Su derecho a la privacidad está frecuentemente amenazado por los proyectos de legislación. Estas amenazas intensifican el ocultamiento del secreto. Durante las luchas para legalizar el aborto, una

lucha que se juega en relación al derecho de una mujer a la privacidad con respecto a su propio cuerpo, muchas mujeres tuvieron que hacer público el secreto, largamente guardado, acerca de sus abortos, con el objeto de conseguir apoyo para esta causa.[1]

Normas familiares

Cada familia confecciona sus propias normas sobre lo que es secreto y lo que es privado. Tómese un momento para reflexionar sobre sus propias experiencias, tanto en el campo de la familia de la que proviene, como de sus relaciones actuales en general.

- ¿Cómo definía lo privado su familia de origen?
- ¿Sabía cuánto ganaban sus padres?
- ¿Qué asuntos familiares estaba prohibido mencionar fuera de la familia?
- ¿Se suponía que todo lo que ocurría dentro de la familia debía ser mantenido como privado en relación al mundo exterior?
- ¿Había diferencias entre lo que los adultos y los niños podían mantener como privado? Por ejemplo, si no podía entrar en el cuarto de sus padres, ¿podían ellos entrar en el suyo? Cuando usted creció, ¿cambió algo de esto?
- ¿Había diferencias entre lo que hombres y mujeres podían mantener como privado?
- ¿Se les concedía mayor privacidad a algunos miembros de la familia que a otros?
- ¿El espacio físico, por ejemplo de los dormitorios o los placares, marcaba zonas de privacidad? ¿Para quién?
- ¿Cómo define la privacidad y el secreto en su vida adulta?

Los secretos nocivos y los peligrosos muy a menudo nos hacen sentir avergonzados, en tanto que esto no ocurre con las cuestiones verdaderamente privadas. Esconder y ocultar son hechos centrales para el mantenimiento de un secreto, pero no para la privacidad. En mi trabajo me ha resultado útil considerar si el retaceo de información afecta las decisiones vitales de otra persona, su capacidad de tomar decisiones y su bienestar. Cuando esto se produce, quien gobierna es más bien el secreto que la privacidad. Si un esposo cree que él y su esposa están trabajando sobre su matrimonio en terapia y no obstante, ella mantiene durante ese tiempo una relación extramatrimonial, esta señora está guardando un secreto. Si una mujer sabe que muchas de sus parientes murieron de cáncer de mama y oculta esto a su hijo de 25 años, este es un acto de privacidad. Ocultar la misma información a su hija de 26 años, cuya salud puede resultar afectada por el hecho, es guardar un secreto. Lo que es verdaderamente privado no afecta nuestra salud física o psíquica. Guardar secretos nocivos o peligrosos impide el acceso a los recursos que se necesitan para resolver los problemas. Las cuestiones privadas de la vida no constituyen una barrera para alcanzar los recursos necesarios. Cuando se está viviendo al margen de un secreto, la falta de información deteriora la capacidad para tomar decisiones bien fundamentadas. Cuando se vive al margen de los asuntos privados de alguien, la vida no se ve afectada por esto.

Finalmente, lo que es secreto en nuestras vidas puede transformarse en privado. Cuando se descubre un secreto, por lo común se lo hace dentro de un círculo íntimo de miembros de la familia o de amigos más cercanos. Rara vez se cuenta un secreto a todo el vecindario, o se coloca un aviso en el diario o se va a la televisión.

Dar entrada a la complejidad

¿Por qué son tan poderosos los secretos? Quizá sea porque desafían las soluciones simplistas. A pesar de los argumentos de la psicología pop, los secretos rara vez se guardan prolijamente. Demandan que experimentemos una sensación de ambivalencia. Los secretos nos atraen y nos rechazan a un tiempo.

El mismo secreto puede ser un manto de protección un día y una cama de clavos al siguiente. Pueden prestar calidez y contención a una relación, al mismo tiempo que nos separan de otras personas con quienes ansiamos sentirnos cerca.

Cuando se me pide que guarde un secreto y accedo a ello, pronto me encuentro debatiéndome en una red de relaciones donde, al mismo tiempo, soy digna de ser creída y no lo soy, fiable y no fiable, poderosa y sometida. Descubrir un secreto nos expone a la posibilidad tanto de profundizar una relación como de perderla. Indudablemente, abordar secretos es la prueba más arriesgada del circo de la vida.

Notas

1. Para un tratamiento concienzudo e informativo sobre el tema de la privacidad en el ámbito del aborto y del SIDA, véase A. Brill, *Nobody's Business: The Paradoxes of Privacy.* Nueva York, Addison-Wesley, 1990.

2
Modelado de los secretos de familia: cómo los secretos dan forma a las relaciones

> En mi familia, como en muchas otras, los secretos prestaban una atmósfera de seguridad provisoria, pero cuando finalmente caducaba su utilidad práctica, tiranizaban a los que originalmente habían protegido. Como diminutos monstruos cinematográficos proyectados sobre una pantalla gigantesca, los secretos revelan un poder que va mucho más allá de su contenido real. En mi familia, ...el miedo y una imaginación obsesiva envenenaron los secretos y los convirtieron en el legado más destructivo. Ahora que han sido revelados, parecen mucho más comunes, más humanamente entendibles y benignos que las oscuras sombras que proyectaron sobre generaciones en mi familia.
>
> MICHELE K. MARTIN

"Nuestra familia vivía bajo una regla: Cuanto menos se diga, mejor", comentó Molly Bradley. "De niños, para tener una idea de lo que sucedía, nos volvimos sumamente intuitivos y muy poco conversadores. Cuando iba a jugar a la casa de otros niños, quedaba anonadada por lo mucho que charlaban. En mi casa, sólo se oía el ruido ininteligible de discusiones absurdas, o el silencio."

Molly y sus hermanos fueron educados en una familia con muchos secretos. El mayor, Calvin, de 37 años; la menor, Annie,

de 32; y Molly, que tiene 35 años, crecieron en la zona del Medio Oeste norteamericano en la década de 1960 y comienzos de la de 1970, en el seno de una familia metodista de raza blanca, angloamericana y de clase media. "Parecíamos la típica familia de televisión", afirmó Molly. "Pero resulta que éramos algo totalmente distinto".

Cuando Molly me llamó, me dijo que hacía seis años que ni ella ni Annie hablaban con Calvin. El hijo de Molly estaba por ser confirmado y ella sentía una gran necesidad de reunir a toda la familia. "Aun cuando Calvin y yo nunca fuimos muy unidos", agregó, "lo extraño cada vez más a medida que mi hijo va creciendo". Como en muchas otras familias, un acontecimiento importante del ciclo vital impulsaba a Molly a reanudar una relación interrumpida. Con muchos resquemores les pidió a sus hermanos que se entrevistaran conmigo.

Para concertar la primera sesión se necesitaron tres intentos. Cuando un hermano me llamó, y luego el otro, dándome razones para posponer la entrevista, comencé a sentir el intenso rechazo mutuo que caracterizaba su relación. Finalmente, una tarde de fines del otoño, Molly, Annie y Calvin se reunieron conmigo para comenzar una travesía penosa y a la vez esclarecedora.

El primer secreto que recordaron las hermanas fue el misterio que rodeaba a la abuela. "Recuerdo que Molly y yo teníamos que escabullirnos para ir a ver a la abuela, la madre de nuestra madre", comenzó relatando Annie. "Mamá nunca quería que nos visitara, pero no sabíamos por qué. Papá callaba todo, de modo que nunca supimos qué pensaba sobre la abuela. Era bastante divertido hacer esas visitas secretas, aunque a veces la abuela se comportaba de un modo extraño, y entonces daba más miedo que gracia". Calvin nunca la visitaba, y si descubría que Molly y Annie habían ido a verla, las retaba y las amenazaba con contárselo a la madre. "Cuando actuaba de esa manera, Annie y yo nos sentíamos más unidas, más enojadas con él y más decididas que nunca a ver a la abuela", dijo Molly. "Yo era el confidente de mamá", expresó Calvin. "Era el hijo mayor y el único varón. Saber cosas que mis hermanas no sabían me creaba un sentimiento de privilegio. Mamá me hizo prometer que guardaría el secreto: que nuestra abuela era maniacodepresiva".

Cuando los tres eran adolescentes, la abuela se suicidó. Molly y Annie recibieron la versión de que su muerte se debía a "endurecimiento de las arterias". La madre solamente le contó la verdad a Calvin, y le pidió que nunca se lo dijera a nadie. Molly y Annie percibieron que había un misterio alrededor de la muerte de la abuela, pero cada vez que querían develarlo, la madre cambiaba de tema.

Dos años después de este hecho, se suicidó la hermana de la madre. También en este caso se guardó el secreto ante Molly y Annie. Después del funeral, nunca más se habló en la familia de esta muerte. Se interrumpió el intercambio de visitas con otras tías, tíos y primos. Desaparecieron todas las fotos de la parentela de la madre. Durante los meses siguientes, Molly y Annie observaron horrorizadas y en silencio cómo su madre caía en una profunda depresión. Al mantener guardados los que eran ya muchos secretos, la señora Bradley había reavivado su miedo, callado y profundo, a la propia enfermedad mental. Una vez más Calvin se mantuvo cerca de su madre. No se le permitió a nadie que hiciera preguntas ni comentarios.

"Se podía sentir la vergüenza que impregnaba a nuestra familia", comentó Annie. "Se podía percibir en el sabor del café del desayuno. Se la podía oír en las voces de mis padres, pero nunca en sus palabras. Se la podía ver en la forma en que caminaba mi hermano, encorvado. Gasté una gran cantidad de energía para tratar de explicármela".

Annie describió una adolescencia marcada por furiosas peleas con su madre por cuestiones aparentemente menores. "Estaba decidida a hacerla hablar, pero nunca lo lograba. Para mí, eran preferibles los gritos al silencio. En realidad, tanto el silencio como los gritos encubrían lo mismo".

Las peleas entre Annie y su madre pronto se incluyeron en la coreografía de la repetida danza familiar, donde cada hermano tenía un lugar definido. "Parecía que alguien nos hubiera dado el libreto. Annie siempre estaba haciendo preguntas. Yo me acostumbré a estar permanentemente ocupada en actividades ajenas a la familia. Al parecer, no saber lo que ocurría en ella era lo que más le molestaba a Annie. Mi madre siempre le respondía con sarcasmo o la desautorizaba. Con frecuencia reñían violentamente por nimiedades. Calvin le gritaba a Annie

que estaba sacando a mamá de las casillas, que le hacía daño y que no continuara. Yo siempre acababa consolando a Annie. Nuestro padre simplemente no intervenía", observó Molly.

Las relaciones en la familia Bradley fueron moldeadas por muchos secretos. Comenzando por el secreto de la enfermedad mental de la abuela, que era sentida por la madre con una enorme carga de vergüenza y miedo, los secretos se convirtieron en el modo de vida de la familia. Los secretos entre Calvin y su madre se equipararon a los secretos entre Molly y Annie, reforzando las alianzas familiares. Molly descubrió el secreto de la enfermedad maníaco-depresiva de su abuela cuando estaba cerca de cumplir los treinta, por un primo que era asistente social y que había inferido la dolencia a partir del comportamiento de la abuela. Juntos, conjeturaron que se había suicidado. En lugar de hablar con miembros de la familia que pudieran saber la verdad, Molly sólo se lo dijo a Annie, y ambas lo guardaron hasta el momento de esta terapia.

Cambiar este esquema iba resultando cada vez más difícil para los Bradley. Como en tantas familias que he conocido, para ellos los secretos eran como el cemento. A medida que se consolidan, la familia queda atrapada, a pesar del deseo que tenga de liberarse. Cuando en nuestra segunda entrevista le pregunté a Annie si alguna vez, cuando niña, había considerado la posibilidad de hacerle una confidencia a Calvin, me dijo que nunca se le había pasado esa idea por la cabeza. *Si los miembros de una familia no pueden siquiera imaginar un modo diferente de interacción, los secretos los atrapan entre sus garras*. Debido a que relacionarse de alguna forma desacostumbrada entraña el riesgo de que los secretos se den a conocer, el repertorio de la familia se vuelve más limitado y rígido.

Esto es así, cualquiera sea el contenido de los secretos. En las relaciones familiares, estos funcionan como los imanes: atraen a algunos miembros y rechazan a otros. Las repetidas coaliciones familiares, quién está incluido y quién excluido, la cercanía y la distancia, la intimidad y el extrañamiento, las recompensas y los castigos, todo deriva de la presencia de los secretos. Estos esquemas, a su vez, generan secretos en un círculo cada vez más amplio.

En la familia Bradley, como en muchas familias donde existen secretos, los mencionados esquemas impregnaban áreas de

la vida de la familia que nada tenían que ver con los secretos. Al escuchar cómo Annie describía las constantes peleas con la madre, yo sabía que estas cumplían la función de distraer la atención del verdadero sufrimiento de la familia. A medida que los hermanos hablaban sobre sus recuerdos, cada uno a su tiempo dio cuenta de la necesidad, que había quedado insatisfecha, de estrechar el vínculo entre sí y con los padres. Ninguno se había enterado nunca de que su madre tenía un miedo latente a la enfermedad mental. Los Bradley habían sufrido profundas pérdidas: dos suicidios y ausencia de relaciones con el resto de la familia. Estas pérdidas podrían haber sido una oportunidad para prestarse apoyo y amor. Sin embargo, quedaron ocultas y nunca tuvieron un duelo reconocido. Por muchos años, los silencios fueron temporariamente aliviados por breves ataques de ira, que sólo venían a reforzar los cada vez más estrechos esquemas de relación.

Al avanzar mi trabajo con Molly, Annie y Calvin para crear una atmósfera donde se pudiera decir la verdad de un modo seguro y manejable, sus relaciones comenzaron a cambiar. Después de nuestra cuarta reunión, los tres cenaron juntos por primera vez en muchos años. Después de la sexta reunión, Calvin fue a la casa de Molly para hablar con el hijo de ella sobre su inminente confirmación. Cuando se presentaron a la séptima sesión, Calvin dijo que necesitaba hablar de algo que nunca había dicho a sus hermanas.

"Cuando tenía 17 años, tuve un hijo. Nuestros padres y los de mi novia insistieron en que diéramos al niño en adopción. Terminamos la relación. Nunca vi a mi hijo. Mamá estaba furiosa conmigo, como si la hubiera traicionado. Me dijeron que nunca debía contárselo a ustedes dos", refirió Calvin mientras lloraba. Durante la entrevista de esa tarde le pregunté a Calvin sobre el impacto que este secreto había tenido en su vida. Incapaz de aclarar lo que le había ocurrido a los 17, Calvin se había retraído más y más. Se había quedado soltero y se había mantenido apartado de sus sobrinos. "Como muchos de los secretos de nuestra familia", acotó Molly, "este también nos separó. Ahora pienso que comprendo por qué no viniste al bautismo de mi hijo. Dijiste que no estarías en la ciudad por tu trabajo. Yo me sentí muy herida y enojada."

Vi a los Bradley una vez más, luego de la confirmación del hijo de Molly. "¡Fue tan diferente de otros eventos familiares!", comentó Annie. "Fuimos auténticos entre nosotros por primera vez. Calvin rezó una oración especial por el hijo de Molly. Juntos, encendimos una vela por nuestra abuela. Nuestros padres estaban sorprendidos. Pienso que el próximo trabajo que debemos hacer será hablarles sobre lo que nos ocurrió. Primero necesito vivir nuestra nueva relación por un tiempo."

Cómo se crea una coreografía familiar por saber y no saber los secretos

Cada familia que he conocido dispone de un repertorio de modelos de relación. Cada vez que participé en la compleja danza de una familia, experimenté el tira y afloja de los modelos que resultan del rico interjuego de aquello que las personas han presenciado y absorbido en sus familias de origen, sus raíces étnicas, su clase social, su filiación religiosa presente y pasada, las posibilidades alternativas recogidas en la observación de los amigos, y las exigencias particulares de sus vidas cotidianas. Cuando atiendo a una pareja en terapia, sé que estoy incursionando en una ecología compleja. Su "pas de deux" es el resultado de los pasos aprendidos mucho antes de conocerse. Y tanto si lo hacen en forma grácil como si tropiezan constantemente con los pies de su pareja, irán apareciendo nuevos modelos. A pesar de que he trabajado como terapeuta durante largo tiempo, siempre me conmueve la infinita variedad de modalidades que las personas crean para estar juntas. En un día de trabajo cualquiera puedo ser testigo de la cooperación, la culpabilización, la traición, la colaboración, el engaño y el apoyo, y los puedo presenciar a todos en la misma sesión. Cuando entrevisto a las personas por primera vez, usualmente veo que repiten modelos que las mantienen inmovilizadas. Como la púa que se traba sobre el surco de un viejo disco de pasta, las interacciones insatisfactorias y frustrantes se repiten una y otra vez. Los miembros de una familia habitualmente son bastante eficientes para detectar la contribución de cada uno en los modelos que producen problemas, pero ver la propia contribución resulta a menudo tan difícil como tratar de verse la

nuca sin la ayuda de un espejo. Nuestro trabajo en terapia familiar comienza cuando las personas reconocen sus propios pasos en la danza familiar. Cuando nuestro trabajo prospera, el repertorio de modelos de una familia se expande para proveer estabilidad, solvencia para manejar los problemas, un sentimiento de sentido y de cuidado mutuo, y una variedad de estrategias suficiente para enfrentar las inevitables crisis.

A través de los años no he cesado de sorprenderme por el modo como los secretos afectan los modelos familiares. Cuando las sesiones de terapia están jalonadas por silencios incómodos que se repiten, por la conversación que languidece, por un barniz de cortesía, por bruscos cambios de tema, por el constante cruce de miradas entre dos miembros de la familia, por conflictos absurdos o que producen distracción cada vez que se aborda un tema en particular, comienzo a interrogarme acerca de los secretos.

La creación de cualquier secreto entre dos personas de una familia hace un *triángulo*. Esta pareja hermética es en realidad un trío, ya que un secreto entre dos personas siempre excluye a una tercera o a varias. El generalizado triángulo amoroso involucra, por un lado, a un cónyuge y a su amante, que conocen el secreto, y por el otro, al cónyuge que permanece ignorante. Cuando dos miembros de una familia conocen un secreto, cualquiera sea su contenido, y los demás no lo advierten o son excluidos del mismo, se produce una complicada geometría familiar. No solamente el tema en sí es un secreto, sino que la relación que se establece para guardar el secreto también está oculta.

Cuando la madre de Calvin Bradley le contó el secreto de la enfermedad mental de la abuela y le pidió que no se lo contara a las hermanas, se estableció un modelo que afectó las relaciones de la familia por más de 30 años. Cada nuevo secreto entre Calvin y su madre que se ocultaba ante Molly y Annie ampliaba este modelo. Como en todas las familias en que un padre cuenta un secreto a uno de los hijos que este no debe compartir con sus hermanos, la relación de Calvin con Molly y Annie quedó marcada por la distancia y la desconfianza. Desde afuera, las relaciones de la familia aparecían como dos pares muy unidos: Calvin y su madre, y Molly y Annie. En realidad, estos pares eran una función de triángulos formados por poderosos y dolorosos secretos. Cada vez que la cercanía de dos personas

es la consecuencia de un secreto en común que excluye a una o más personas, la relación que resulta es un triángulo, no un dúo. En tanto que todas las familias tienen triángulos abiertos, moldeados por intereses mutuos (a la madre y la hija les gusta cabalgar, en tanto que el padre prefiere el golf), las familias con triángulos de secreto pierden su elasticidad y espontaneidad, ya que en ellas sólo son posibles ciertas relaciones, mientras que otras están proscriptas. Cuando los triángulos están apuntalados por secretos, los intentos de un miembro de la familia para cambiar un esquema o aun para expresar una opinión nueva se topan con reacciones rápidas y vehementes.

La historia de Juan: secretos y triángulos intergeneracionales

Cuando Juan Delgado tenía 17 años y era alumno avanzado de la escuela secundaria, comenzó a oír voces que le decían que lastimara a su madrastra. Estas voces comenzaron en el tercer aniversario de la muerte de su abuela, a quien había querido mucho. Durante una breve internación psiquiátrica, a Juan se le había diagnosticado esquizofrenia (como veremos, un diagnóstico incorrecto). Juan recibió medicación antipsicótica y fue derivado junto con su padre, Carlos, y con su madrastra, Eliana, a una terapia familiar.[1] La familia parecía asustada y confundida por lo que les estaba ocurriendo. El personal del hospital les había dado dobles mensajes. Les habían dicho que Juan tenía una enfermedad mental probablemente crónica, y al mismo tiempo sugerían que las relaciones familiares eran la causa de ella. Hasta la organización de la terapia fue dificultosa, ya que Eliana insistía en que los hermanastros de Juan no podían perder sus clases para asistir a las sesiones. Desde el comienzo, las reuniones de la familia estuvieron jalonadas por largos silencios. La incomodidad por tener que reunirse para hablar era palpable.

A medida que, poco a poco, su historia se iba desplegando, supe que Juan había venido a los Estados Unidos desde Puerto Rico para reunirse con su padre y su madre adoptiva cuando tenía 14 años. Su madre biológica parecía haber simplemente "desaparecido" muchos años atrás; su padre afirmó

que no tenía idea de dónde se encontraba. Juan insistió en que nunca pensó o se preguntó sobre su madre.

Otro silencio rodeó la migración de Juan a Nueva York. Iba a ser una "visita de verano", le había dicho su padre, pero en realidad su abuela, con quien había vivido toda su vida, estaba muriendo de cáncer. Ni a la abuela ni al nieto se les dijo que no se verían nunca más. "No supe cómo decírselo. No supe qué decirles", comentó su padre con tristeza.

Como muchos secretos, este se originó en el deseo de proteger a otras personas del dolor. Y como muchos secretos que comienzan de ese modo, el plan de protección disparó el tiro por la culata. Algunos meses después de que Juan llegara a Nueva York, su abuela murió. El había crecido oyendo cómo su abuela criticaba constantemente a su madrastra, acusándola de haberse llevado a su padre a vivir a Nueva York. Cuando su abuela murió, Juan, sintiéndose enojado y traicionado volcó su enojo sobre la madrastra, que parecía ser un blanco conveniente y familiar.

Sólo más tarde, en la terapia familiar, Juan descubrió que su madrastra había sufrido el odio de la abuela durante muchos años. La imposibilidad de Juan de establecer una relación con su madrastra que no fuera de amargura e ira era intrínseca a un triángulo de secreto.

Al comienzo de la terapia, Eliana permanecía mayormente en silencio. Respondía a los esfuerzos por involucrarla insistiendo en que ella era "simplemente una madrastra", que todo lo que importaba ocurría entre su esposo y el hijo. Sólo después de varias reuniones familiares, en las que se le dio mucho apoyo en su difícil papel de madrastra de un adolescente enojado, Eliana se sintió suficientemente cómoda para contar la historia de cómo había entrado en la familia. Carlos y Juan no habían oído nunca la dolorosa experiencia de Eliana, cuyos detalles contenían muchos secretos.

Cuando Juan era pequeño, su madre abandonó el hogar misteriosamente. Cuando tenía tres años, su padre dejó Puerto Rico para trabajar en Costa Rica. Juan se quedó con la abuela. Carlos conoció a Eliana en Costa Rica, y de regreso la llevó a vivir al hogar de su madre. Lo mismo que la madre de Juan, Eliana era de una clase social inferior a la de Carlos y su familia. Inmediatamente comenzó de un modo subrepticio una cam-

paña intensa, sutil pero devastadora, para condenarla al ostracismo. No se le dijo nada a Carlos, que sin duda eligió no ver lo que estaba ocurriendo. La abuela de Juan no permitía que Eliana siquiera lo tocara. Cada día, mientras Carlos estaba trabajando, el tío de Juan recogía al niño y se lo llevaba de la casa para mantenerlo alejado de Eliana.

Cuando Eliana contó esta dolorosa historia, Carlos dijo con sorpresa: "¡Nunca me lo dijiste!". Para evitar que Carlos se pusiera contra su propia madre, Eliana había mantenido en secreto el maltrato que recibía. Aun cuando Eliana dio a luz a una niña, la abuela, tercamente, siguió considerando a Juan su favorito: la hija de Eliana no tenía importancia. Dispuesta a seguir callando, Eliana simplemente hizo planes para llevar a su hijita a los Estados Unidos. Finalmente Carlos decidió seguirla, dejando a Juan con la abuela.

Juan creció oyendo terribles mentiras sobre su madrastra y sin posibilidades de oír la otra parte. La abuela le pidió que no repitiera esas historias, ya que eran secretos entre ellos dos. Cuando murió la abuela, su lealtad hacia ella unida a la falta de información, hizo que continuara la vendetta. "Yo sólo sabía que mi abuela odiaría que yo estuviera viviendo con mi madrastra", dijo Juan con lágrimas en los ojos. "Mi madrastra quería ayudarme a prepararme para ir a la universidad, y se acercaba el aniversario de la muerte de mi abuela, y yo estaba tan confundido."

Después de escuchar la historia de Eliana sobre lo que le habían hecho, Juan dejó de oír las voces que le decían que dañara a su madrastra. Gradualmente, dejó que Eliana entrara en su vida, hablándole sobre sus planes para la universidad y contándole sobre una novia.

Poco después de los descubrimientos realizados en esa reunión, Juan fue a preguntarle a su padre más datos acerca de su madre. Como ocurre a menudo, cuando se descubre un secreto en una familia, otro secreto pronto cede también. Hasta ese momento, Juan nunca había sabido que su madre vivía a una hora del lugar, y que durante años había tratado de verlo. Inducido por la insistencia de sus familiares en que la mantuviera alejada de Juan, Carlos le había dicho a la mujer que perturbaría mucho la vida del chico si trataba de ponerse en contacto con él.

"Me encontré con mi madre por primera vez", dijo Juan en nuestra siguiente sesión de terapia. "No podía creerlo; conocí a un tío y una tía y a otra abuela. Toda mi vida me resultó embarazoso responder cuando me preguntaban sobre mi madre. Nunca supe qué decir." Cuando Juan llegó a conocer a su madre, descubrió un último secreto: en su deseo de criarlo ella misma, la abuela le había hecho la vida imposible a la madre hasta que esta finalmente se fue.

Después de que Juan descubriera todos los secretos de la familia, necesitó trabajar mucho en terapia para pensar con detenimiento sobre sus relaciones con la abuela y la madrastra. Su abuela lo había querido mucho, quizá demasiado. A pesar de su enorme pena, Eliana había mantenido la guerra con su suegra en secreto, con el objeto de preservar las relaciones de su esposo y su hijastro con la anciana. El lugar de Juan en este triángulo feroz y oculto saltó a un primer plano cuando oyó voces que lo dirigían a lastimar a Eliana.

Cuando concluyó la terapia, Juan se estaba preparando para ir a la universidad. Confeccionó una carta para dar un último adiós a su abuela. Le decía cuánto la amaba y que sabía que había hecho lo mejor para él, pero que "había sido injusto ante los ojos de Dios pecar por amor y que era mejor para su salud mental ver las cosas en forma ecuánime". Y concluía: "No sólo mi padre y yo somos tus hijos, mi madrastra también es tu hija".

Como en muchas familias, los secretos de la familia Delgado permitieron que algunas relaciones fueran muy cercanas, en tanto que pusieron en perpetuo conflicto a otras. Cuando las relaciones en una familia parecen estar marcadas por modelos fijos e inviolables de cercanía y distancia, a menudo nos encontramos con que los secretos sostienen la geografía de esa familia. En el caso de los Delgado, múltiples triángulos secretos congelaron las relaciones familiares. En tanto que la abuela de Juan lo había cuidado celosamente, la incuestionable devoción que el nieto le profesaba dependía del silencio de Eliana. Al guardar el secreto de cómo había sido denostada, Eliana permitió que su esposo y su hijastro mantuvieran lealtad a la abuela, a sus expensas. Cuando descubrió finalmente su secreto, tuvieron que reconfigurarse muchas relaciones. Los triángulos, finalmente, pudieron ser reemplazados por relaciones de uno a uno.

Dónde viven los secretos de la familia: el tema del lugar que ocupan

Cuando dos personas de una familia arman y guardan un secreto y excluyen a otras personas, se forma un triángulo. Pero no todos los secretos viven simplemente entre dos personas, excluyendo a las demás. En mi trabajo, busco con cuidado identificar el lugar donde se emplazan los secretos. Un secreto guardado por una única persona y que nunca ha sido contado a otra es muy diferente de aquel que toda la familia conoce pero oculta ante el exterior, aun cuando ambos secretos sean, por ejemplo, sobre drogadicción. He llegado a la conclusión de que el lugar donde un secreto se emplaza define el efecto que ejerce sobre los individuos y las relaciones, delineando fronteras y coloreando las identidades. La ubicación de un secreto, independientemente de su contenido, es un elemento más a considerar cuando se analizan las complejas interacciones que, en su momento, realimentan las decisiones acerca del ocultamiento o la franqueza.

Cuando se guarda un secreto ante todos

Imaginemos a un adolescente gay que nunca ha hablado a nadie, ni fuera ni dentro de la familia, sobre sus sentimientos homosexuales. En tanto que este secreto no salga del joven, las relaciones entre él y los otros miembros de la familia, o en su red de amistades, se vuelven distanciadas. Con el tiempo, la vida de este muchacho se hace más y más aislada, en la medida en que guarda un secreto ante todas las personas que ama; un secreto, por otra parte, tan esencial para su identidad. No cree en la autenticidad de las demostraciones de afecto y valoración de su persona que recibe de los demás, ya que estas se hallan siempre filtradas por el secreto. En un diálogo interior, se dice a sí mismo: "Si realmente supieran, no les gustaría, no me tendrían respeto, quizás hasta me desconocerían".

Cuando un secreto importante *está situado* dentro de una persona, no es demasiado difícil observar el efecto que tiene sobre ella. La mayoría de nosotros ha guardado este tipo de secretos, al menos temporariamente. A los efectos que produce sobre las rela-

ciones familiares se los toma menos en cuenta y se los percibe con más dificultad. Cuando este adolescente gay escucha a sus padres, que anticipándose le preguntan: "¿A quién vas a invitar al baile de egresados?" el nudo del secreto se ajusta aun más, porque le reafirma el convencimiento de que debe mantenerlo.

Los miembros de la familia a menudo presienten cuando uno de ellos guarda un secreto ante los demás. Los padres de este adolescente gay pueden crear sus propias fantasías y mitos con respecto a su hijo: "Nuestro hijo es muy tímido", "Nuestro hijo tiene una maduración tardía", o, lo que es peor: "Nuestro hijo está emocionalmente perturbado". A menos que estas fantasías puedan ser discutidas, y por lo tanto confirmadas o negadas, la interacción familiar termina basándose en una ilusión.

Cuando los miembros de una familia sienten que se les sustrae información importante, pueden ir tras el contenido de un secreto, de formas tales que, en última instancia, violan la privacidad. Una madre lee el diario de su hija. Un esposo hurga en el contenido del bolso de su mujer. Las relaciones se hallan corroídas por la sospecha.

A la inversa, al sentirse excluidos del secreto de uno de ellos, los miembros de una familia pueden responder con la negación y una profunda distancia, que afecta áreas de la relación que no tienen nada que ver con el secreto. Se puede poner en movimiento un esquema de exclusión mutua y creciente de sus responsabilidades. Las conversaciones se vuelven cada vez más superficiales y el intercambio auténtico, más difícil.

Cuando algunas personas de la familia conocen un secreto y nadie más lo sabe

Cuando un secreto se establece entre algunas personas de la familia, en tanto que excluye a otras, siempre deseo saber quiénes son los que saben y qué es lo que saben. En nuestra sociedad que todo lo cuenta, muchos padres me expresan la ansiedad que les provoca guardar *algún* secreto ante sus hijos. Sin embargo, si los niños son pequeños y el contenido de aquel no afecta directamente su vida, o está más allá de lo que pueden comprender, considero apropiado que guarden determinados secretos ante ellos.

He trabajado con padres que se sienten asustados si perciben que su hijo pequeño les oculta *algo*. Si se nutren de la creencia cultural de que tener buenas relaciones significa que no deben existir secretos, estos padres olvidan que su primera percepción de tener una vida separada de la de sus propios padres partió del hecho de tener secretos, usualmente con sus hermanos. Cuando los niños guardan un secreto ante sus padres, están ejercitándose en el establecimiento de fronteras, y vivenciando cómo es su vida cuando son temporariamente independientes del punto de vista paterno. A menudo pido a los padres que piensen en la primera vez que se pusieron de acuerdo con sus hermanos en no contar "eso" a sus padres. De pronto, recuerdan el vertiginoso descubrimiento de un mundo no controlado por los adultos. Los secretos creados *dentro* de una generación y guardados por los adultos ante los niños, o por los niños ante los adultos, son muy diferentes de los secretos que se crean entre distintas generaciones.

Un secreto nocivo entre un padre y su hijo, que excluye al otro progenitor, puede fácilmente colocar a ese niño en un insostenible lazo de lealtad. Si un niño guarda ese secreto, es inmediatamente desleal con el padre que lo desconoce. Si el niño da a conocer el secreto, sacrifica la lealtad hacia la persona que se lo confió.

En la mayoría de los hogares, los adultos son los depositarios, como corresponde, de la mayor parte del poder de decisión sobre lo que es mejor para sus hijos. A medida que los niños se van haciendo adultos, esta ecuación se desplaza gradualmente. Cuando los niños son utilizados como confidentes de secretos, especialmente de secretos que afectan directamente la vida del padre excluido, la jerarquía natural del poder de decisión y manejo de información en la familia se encuentra trastocada. El progenitor que es excluido del circuito pierde influencia y respeto, y el niño gana más poder y privilegio en las relaciones familiares que lo que sus años le permitirían. Dado que todo se halla impregnado de secretos, el tema de quién toma las decisiones se hace ambiguo e imposible de ser tratado.

El frágil poder del que goza un niño que comparte un secreto con alguno de sus padres se evapora cuando este secreto es peligroso. Un niño que comparte un secreto nocivo con uno de sus progenitores puede tener todavía la sensación de que pue-

de elegir. Pero los niños que están intimidados y coercionados a guardar silencio por un padre que abusa sexualmente de ellos no sólo pierden su confianza en los adultos, sino también el sentido de su propio valor. Muchos niños sacrifican su seguridad y bienestar ante la amenaza de que la revelación del secreto causará la desintegración familiar o algo peor.

La amenaza que experimentan estos niños puede ser encubierta. Que un progenitor le diga a su hijo: "Recuerda que este es un secreto especial, sólo entre nosotros dos", dicho con un tono que implica el riesgo al que se expondría si lo contara puede ser tan eficaz para silenciarlo como: "Si se lo cuentas a alguien, será tu culpa que yo me tenga que ir".

Como vimos con los Bradley, las relaciones entre hermanos se ven enormemente afectadas cuando un niño es elegido por uno de los padres para ser depositario de un secreto. Otra de mis clientas, Leanne Bowers, creció como hija única hasta la edad de 14 años. Su madre, Carole, y su padre, Jeff, desearon intensamente tener más hijos pero no lo lograron. Por último decidieron utilizar inseminación a través de un donante. Leanne se enteró de que sus padres estaban haciendo muchas visitas a un hospital y comenzó a preocuparse. "Pensé que alguno de ellos estaba enfermo y me puse en campaña para averiguar qué estaba ocurriendo", me relató Leanne. Una noche alcanzó a oír una conversación de sus padres, y descubrió qué era lo que estaban tratando de mantener en secreto. Desde niña se la había estimulado para que formulara preguntas; de modo que encaró a su madre, le contó lo que había oído y le pidió, directamente, información. Ante la encrucijada, Carole y Jeff se sentaron con su hija y le explicaron la situación. Carole tenía un embarazo de tres meses; Jon sería el hermanito de Leanne. La madre concluyó la conversación diciéndole a su hija que cuando naciera el bebé, era importante que nunca supiera sobre la inseminación por donante.

"Recuerdo que mamá dijo: 'Papi es tu padre y también será el padre de tu hermanito. Eso es lo más importante'", me relató Leanne. "Me sentí muy confundida. Mis padres *siempre* habían destacado la importancia de ser honesto. Ahora me pedían que mintiera en algo que sentía como muy importante. Presencié cómo mi padre estaba con Jon de un modo diferente de cómo estaba conmigo –algo incómodo–, pero nunca pudimos hablar

del tema. Nunca supe totalmente cómo relacionarme con Jon. Yo sabía algo muy importante sobre él que mis padres decían que no era importante. Si realmente no lo fuera, pienso que no lo hubiéramos ocultado todos estos años."

No es sorprendente que las relaciones entre Leanne y Jon fueran siempre distantes. "Mis padres, los abuelos y los tíos decían que la diferencia de edad nos mantenía alejados. Pero yo sabía de qué se trataba. Jon me admiraba. Yo era la hermana mayor. Quería ganar mi atención y yo me la pasaba echándolo, o lo ignoraba. Algunas veces fui bastante mala con él y me sentí de lo peor por haber actuado así. Sé que mis padres trataron de hacer lo mejor, pero este secreto nos separó", concluyó Leanne.

Cuando un secreto cruza la frontera de la familia

Cuando Jack y Eileen Baker se casaron por primera vez, los padres de Eileen le regalaron varios miles de dólares y le pidieron que no se lo contara a Jack. Le indicaron que abriera una cuenta bancaria separada con el objeto de "comprar chucherías" y "por alguna emergencia". Los padres de Eileen no estaban de acuerdo con su casamiento; decían que Jack "no le convenía", lo que significaba que provenía de una familia con poco dinero, y que tenía menos educación que Eileen. A lo largo de siete años de matrimonio, antes de que los conociera, este secreto financiero fue repetido innumerables veces, creando un lazo entre Eileen y sus padres del que Jack nunca se enteró e impidiendo que la joven pareja estableciera una frontera definida alrededor de su propia relación.

Los secretos permanentes entre un miembro de una pareja y miembros de su familia de origen pueden afectar profundamente la relación de pareja. Necesitaba ayudar a Eileen y Jack a distinguir entre los secretos sobre cuestiones que con toda razón incumbían a la pareja, tales como las finanzas, la sexualidad, los hijos o el trabajo, de los secretos con sus padres o hermanos que no afectaban su relación íntima de pareja. El secreto financiero entre Eileen y sus padres contenía un mensaje oculto: "Jack es incapaz de hacerse cargo de las responsabilidades que le toquen en este matrimonio". Al acceder a tomar

parte en ese secreto, Eileen confirmó la creencia de su padres ante estos y ante ella misma. Sería un secreto muy diferente, si, por ejemplo, su hermana le hubiera contado que planeaba mudarse al otro extremo del país y le hubiera pedido que no lo dijera ni a su esposo ni a nadie hasta que su planes fueran más sólidos.

Muchas veces los secretos se establecen entre un miembro de la familia y otra persona ajena al hogar. Estos pueden ser los cálidos, maravillosos y placenteros secretos compartidos con amigos, los secretos esenciales que promueven una saludable individuación para los adolescentes, los secretos nocivos que traicionan a un matrimonio, o la revelación de un secreto peligroso interno a una familia, realizada por una persona que está desesperada por encontrar ayuda externa. Los secretos que cruzan las fronteras del hogar deben ser juzgados por su intención y sus efectos. Claramente, los padres de Eileen tenían la intención de mantener a su hija atada a ellos financieramente y de menospreciar a Jack. Cuando entrevisté a Jack y Eileen por primera vez, no habían podido negociar muchas de las actividades normales de una joven pareja (toma de decisiones, finanzas, relaciones con la familia política), ya que todas ellas estaban enredadas en el secreto de Eileen con sus padres.

Los secretos entre un individuo y su familia extensa que excluyen al cónyuge pueden estar repitiendo modelos vigentes en esa familia por muchas generaciones. Los secretos intergeneracionales entre hombres o entre mujeres, entre padres e hijos adultos, o entre hermanos adultos, pueden estar profundamente grabados en un retrato de familia. Si una madre, abuela o bisabuela crearon secretos que excluían a sus maridos, será natural para una hija de una nueva generación obrar en consecuencia. Aunque estos secretos pueden crear un fuerte lazo entre las mujeres de esa familia, prefiero pensar en el modo como afectaron a los matrimonios y a otras relaciones íntimas. ¿Los secretos entre generaciones se crearon debido a dolorosas realidades en los matrimonios, o a expensas de los compromisos matrimoniales?

A veces, tener un secreto con alguien ajeno al contexto familiar inmediato puede ser muy liberador. Este es el caso si la familia no da lugar a los pensamientos, ideas y sentimientos individuales. Los secretos temporarios que atraviesan las fron-

teras familiares pueden proporcionar el espacio necesario para probar nuevas perspectivas del propio yo. La experiencia de contar un secreto a alguien ajeno a la familia, puede ser a menudo el primer paso hacia el intento de ventilarlo dentro del hogar en el futuro. Los ensayos con el mejor amigo o con un excelente terapeuta puede ayudarnos a clarificar si queremos o no dar a conocer un secreto dentro de la familia.

Crear un secreto con un profesional

Como terapeuta, soy una guardadora profesional de secretos. Con mucha frecuencia, soy justamente la primera persona con quien alguien se arriesga a contar un secreto largamente guardado. Un secreto que nunca se ha contado antes es súbitamente reubicado: del interior de una persona pasa a estar entre esa persona y yo. Cuando los clientes me confían sus secretos, soy siempre consciente de que mi responsabilidad va mucho más allá de la de escuchar simplemente.

Cuando los clientes me cuentan sus secretos, algunas veces me preguntan sobre la confidencialidad. Históricamente, las profesiones de la salud han hecho de la confidencialidad *la piedra angular* de las relaciones. La ética en las áreas de medicina, derecho, religión y salud mental exige confidencialidad. Lo que es revelado por el paciente o el cliente no puede salir del consultorio sin consentimiento. ¿O sí puede? Es importante recordar que en la cultura contemporánea, la confidencialidad con un profesional es relativa, no absoluta. Las compañías de seguros y de prestación de servicios de salud requieren diagnósticos e informes para el reintegro, y las decisiones de los tribunales han limitado la definición de *información confidencial.*

Tener secretos con quienes nos ayudan profesionalmente es un arma de doble filo. La relación de un cliente conmigo o con otro terapeuta, con un ministro protestante, un sacerdote o un rabino puede resultar un ámbito excelente para explorar secretos dolorosos. Tal relación puede ayudar a disolver la vergüenza, ofrecer aceptación y empatía, y reducir el poder de ciertos secretos; puede conducir hacia nuevos y necesarios recursos. Al mismo tiempo, el compartir secretos *sólo* con los profesionales, a veces puede afectar negativamente el matrimonio y las relaciones familiares.

Por ejemplo, he atendido matrimonios que solicitan terapia de pareja, en los que uno de los cónyuges o ambos han asistido a terapia individual durante muchos años. Todos sus secretos han sido contados a sus respectivos terapeutas, prestando poca o ninguna atención al impacto que esta relación confidencial permanente pudiera tener sobre su matrimonio. De este modo, los temas importantes se discuten cada vez más durante la terapia y menos en el hogar. He trabajado con muchas personas cuyos terapeutas les han advertido que no trataran con nadie más aquellos temas que surgieran en la terapia. Esta, en lugar de ser un ensayo general para la vida, se transforma en un show de larga duración. Como casos extremos, he conocido a personas que no sólo comparten todos sus secretos sólo con el terapeuta, sino a quienes se les ha aconsejado que guardaran ante su cónyuge el secreto de que estaban haciendo terapia. Estas relaciones terminan remedando una aventura amorosa.

Los secretos entre el cliente y el profesional que excluyen al otro integrante de una pareja seriamente comprometida forman un triángulo. Cuando este triángulo es temporario, puede tener escasas consecuencias. La relación terapéutica puede brindar un refugio seguro para manejar los secretos y para explorar si se deben o no revelar a otros. Sin embargo, cuando el triángulo se prolonga en el tiempo pueden volverse secretos algunos aspectos de la propia vida que no se tenía intención de ocultar. Cuando doy comienzo a una nueva terapia de pareja, siempre pregunto acerca de la experiencia de ambos cónyuges en terapia individual y acerca del impacto que ha tenido sobre su matrimonio el mantenimiento de secretos profesionales, a lo largo del tiempo. Algunas veces este es el ámbito más adecuado donde un esposo le dice a su mujer lo amenazado y excluido que se sintió durante los años en que ella realizó terapia individual.

Cuando mis clientes me cuentan secretos, iniciamos un viaje crucial, que siempre implica la consideración de si alguien más debiera participar. Hablamos del efecto futuro que la creación de nuevos secretos, esta vez conmigo, pudiera producir sobre las relaciones. Son contadas las ocasiones en que quieren que la primera y la última vez que cuentan su secreto sea conmigo. Más a menudo, me encuentro con que las personas desean tener un contexto receptivo y empático donde comenzar a

desenvolver un secreto; un espacio para explorar las consecuencias de contarlo y ayuda para hacerlo bien.

Cuando todos en la familia conocen un secreto

Cuando Sara Tompkins, de 37 años, vino a consultarme por primera vez, me habló con muchas vacilaciones. En las siguientes entrevistas parecía asustada y ahogada por sus palabras. Después de varios meses, me dijo finalmente: "Si mi padre y mi madre y el resto de la familia supieran que vengo a hablar con usted, estarían muy enojados". Pasó a relatarme su experiencia de haberse criado en una familia que estaba completamente organizada alrededor de la adicción de su madre a los tranquilizantes. "Mi padre es médico. Hasta el presente él le hace las recetas. Mamá nunca se levantó con nosotros por la mañana. Cuando llegábamos de la escuela, usualmente estaba tumbada en el diván. Mi hermano y yo preparábamos la cena desde los 8 y 9 años. Nunca llevé amigos a casa. Se suponía que nadie debía saber. La peor parte era que debíamos actuar como si no supiéramos. Una vez, cuando tenía 12 años, traté de preguntarle a papá qué le pasaba a mamá. Hizo como que no oía y cambió de tema. Nuestra familia inventó el 'no preguntes, no cuentes', mucho antes de que al gobierno se le ocurriera siquiera pensarlo."

A medida que Sara hablaba, su voz se volvió más tensa y su respiración tomó el ritmo de espasmos cortos y ansiosos. Aun cuando hacía 15 años que Sara no vivía con su familia, esa era la primera vez que rompía la férrea regla familiar de no hablar de su secreto con extraños.

Cuando el secreto familiar es una situación vigente –como en los casos de alcoholismo, drogadicción, abuso físico y enfermedad mental o física–, las relaciones cotidianas internas de la familia, así como las interacciones con el mundo exterior se ven profundamente afectadas.

En familias como la de Sara, los *miembros de la familia deben organizar sus vidas cotidianas de acuerdo con los requerimientos del secreto, en tanto llevan a cabo la ciclópea tarea de fingir no darse cuenta de que algo no funciona normalmente.* Niños pequeños que deben permanecer levantados hasta tar-

de, aguardando con temor a que vuelva una madre drogadicta para recibir por toda explicación que esta se retrasó en el trabajo. Un adolescente del que se espera que falte a la escuela para cuidar a su madre golpeada y al que todo el tiempo se le dice que ésta se ha "caído" y que "papá la quiere mucho". La conversación es superficial, desde el momento en que lo que es verdaderamente importante no puede ser hablado. Más y más asuntos se vuelven imposibles de ser tratados si, aunque sea remotamente, se relacionan con el tema del secreto. Los vínculos auténticos se reemplazan por máscaras, mitos e ilusiones. Por algún artilugio, las familias cuyas relaciones están desintegradas se consideran a sí mismas "estables" y los padres que pegan a sus esposas e hijos, llaman a sus familias "tradicionales". En tanto que los niños que se hacen cargo de tareas de adultos mucho antes de lo que debieran, son llamados "responsables".

Los niños que crecen en una familia donde todos saben ciertos secretos que deben permanecer dentro de ella a toda costa, aprenden como lección que la unidad de la familia *siempre* está por encima del bienestar individual. La lealtad familiar se valora más que la integridad personal. Las facultades de la familia de nutrir el crecimiento y valorar las diferencias entre sus miembros se erosionan.

Desde el momento en que la autonomía y el desarrollo individual son menos importantes que la lealtad al grupo, ser el miembro de la familia que desafía los secretos ubicados dentro de ella en su conjunto es extremadamente difícil. La catástrofe anticipada de ser excluido impide a muchas personas tener tan sólo la idea de revelar un secreto.

Todas las familias tienen algunos secretos ante el mundo exterior. La familia del lector, sin duda, tiene algunos secretos placenteros de humor compartido, historias que sólo se cuentan dentro del círculo familiar, y aspectos de la vida familiar que definen una cultura única que está separada y es distinta de cualquier otra. Su familia también tiene una zona de privacidad que divide el interior del exterior. Todo esto contribuye a la identidad de esta familia, a su percepción de sí misma a través del tiempo. Sin embargo, si un secreto nocivo o peligroso se ubicara dentro del hogar en su conjunto, la frontera entre esta familia y el resto del mundo se volvería rígida e impermeable.

No se invita a entrar ni a los amigos ni a los parientes, y las incursiones de los miembros de la familia al exterior son limitadas. Los niños aprenden a vivir en un mundo pequeño, circunscripto por secretos. "Prohibido pasar" y "Prohibido llevar afuera los asuntos de la familia" son las reglas operativas.

Estas reglas hacen imposible pedir ayuda o utilizar los recursos necesarios del mundo exterior. Hasta los problemas que no se conectan con el secreto pueden quedar sin resolver, si para esto se requiere la ayuda del mundo exterior. He realizado entrevistas en terapia de pareja y observado cómo el marido se repliega más y más en un rincón del diván, en tanto que la esposa se explaya acerca de que él no cree en la terapia. Sólo más tarde llego a descubrir que el padre del hombre era alcohólico y que su madre le advertía una y otra vez: "Nunca cuentes a nadie nuestros problemas". Como en el caso de Sara, estas limitaciones pueden acompañar a las personas mucho después de que hayan dejado el hogar. He sido testigo de cómo personas de 40 desafían la exigencia de silencio de su familia por primera vez. Súbitamente se sienten de 9 años, experimentando una vez más las demandas familiares de fingir no saber lo que conocen profundamente.

Cuando no se sabe quién más conoce un secreto

Hace muchos años, mantenía una entrevista de terapia familiar con Regina y Robert Bellingham, de 72 y 74 años respectivamente, y sus dos hijos adultos: Peter, de 36, y Keith, de 33. Regina y Robert se habían preparado durante largo tiempo para esta sesión, en la cual planeaban decirle a Peter que era adoptado. Con temblores y lágrimas, Regina contó el secreto. Peter la miró y con una mezcla de tristeza y alivio dijo: "Lo sé desde hace años. Encontré documentación cuando tenía 11. Se lo confié a Keith cuando éramos adolescentes. Siempre me dijo que no debía mencionar nada. Nunca supe cómo deciros que lo sabía. Como vosotros no traíais el tema pensé que debía resultaros muy perturbador. Tuve miedo de preguntaros".

En algunas familias, cada persona sabe que todos conocen un secreto. En otras familias permanece confuso quién lo conoce y quién no. De hecho, los secretos pueden estar ubicados

dentro de la familia y ser conocidos por todos, pero los miembros de la familia pueden hallarse separados y distantes debido a otro secreto que se guarda sobre el secreto. Por un cuarto de siglo, el señor y la señora Bellingham, así como sus dos hijos, conocieron el mismo secreto. Peter y Keith, por supuesto, sabían que sus padres lo sabían, pero los Bellingham no tenían idea de que sus hijos estaban enterados. Con el deseo de proteger a sus padres, los muchachos guardaron en secreto la información y el secreto acuerdo de silencio.

Como en el caso de los Bellingham, el descubrimiento de la existencia de un secreto puede ser accidental. Cuando tropezamos con un secreto frecuentemente nos sentimos confundidos y hasta atemorizados de formular preguntas directamente a quien lo ha estado guardando. El solo hecho de que algo ha sido guardado en secreto le agrega peso emocional. El contarlo a otro miembro de la familia puede aliviar la ansiedad, pero también nos hace vulnerables frente al criterio que tenga esa persona acerca de cómo proceder después de la confidencia. El mismo secreto, rápidamente, puede alojarse en distintas relaciones.

En otras familias, emplazar un secreto dentro de varias relaciones puede ser el resultado de una acción deliberada. Una persona cuenta un secreto a varias otras, haciéndole creer a cada una que es la única que lo conoce. Cada una queda fuertemente ligada a quien ha hecho la confidencia, pero fuera del alcance de todas las demás. Las relaciones que se producen están marcadas por misteriosos triángulos, alianzas de celos e insondables rupturas. El conocimiento deviene la moneda para manipular a alguien, y las relaciones familiares se convierten en una función de marionetas, en las que quien cuenta el secreto es quien tira de los hilos.

Un secreto puede desplazarse por numerosas relaciones en una familia, cuando el depositario del secreto no mantiene su palabra de silencio. Cuando se rompe la promesa de guardar un secreto, quien lo ha hecho puede insistir en que se realice una nueva promesa de guardar secreto: "No digas a nadie que te conté".

Jodi Fein, como muchos niños, se opuso inexorablemente al matrimonio de su padre. Era hija única y había vivido con Aaron, su padre viudo, durante muchos años. Ella y la nueva esposa de su padre, Susannah, tenían una mala relación, parecida a otras entre madrastras e hijastras, en las primeras

etapas de una pareja que vuelve a casarse. Cuando Jodi partió para la universidad, las tensiones parecieron aliviarse. Sin embargo, su rendimiento fue pobre en el primer semestre y en un viaje a su hogar confió a su padre que tenía problemas con la bebida. Le pidió bajo promesa que no lo contara a su esposa. La primera esposa de Aaron, la madre de Jodi, había muerto años antes en un accidente automovilístico. Nunca le habían hablado a Jodi sobre el alcoholismo de su madre. Aaron estaba desesperado, y a los pocos días le refirió a Susannah el problema de Jodi con la bebida, pero le pidió que no le dijera nada a la joven. Susannah ocupaba ahora la nada envidiable posición en las relaciones familiares de estar "dentro" y "fuera" al mismo tiempo. Cualquier capacidad que Susannah pudiera haber tenido para ayudar a Jodi quedaba directamente invalidada.

El triángulo ya existente, marcado por la perdurable cercanía entre Aaron y Jodi, la intimidad nueva y frágil entre Aaron y Susannah y el conflicto entre Jodi y la madrastra, tenía ahora una pesada dosis de mentira y decepción, que garantizaba el surgimiento de una mayor distancia e impedía la reconciliación.

Del mismo modo que un secreto que se establece dentro de una familia en su conjunto crea fronteras imbatibles entre esta y el mundo exterior, no saber quién más sabe un secreto produce rígidas fronteras entre los individuos y en las relaciones *dentro* de una familia. Estos límites cristalizados entre los miembros de la misma pueden ir en desmedro de la solución del problema y disminuir las posibilidades de brindar cuidado y protección. Susannah, por ejemplo, tenía muchas buenas ideas para ayudar a Jodi, pero no podía exteriorizarlas directamente porque se suponía que no sabía lo que realmente sabía. Ella podía confiarle sus ideas a Aaron, pero él no podía decirle a su hija que estas provenían de su madrastra. Por lo tanto, Jodi nunca pudo sentir la preocupación de Susannah por ella.

Cuando la ubicación de un secreto cambia

Los secretos son dinámicos. Se trasladan de una persona a otra, de relación en relación y del interior de una familia al mundo exterior. La ubicación de cualquier secreto y, consecuentemente, las relaciones modeladas por ellos pueden desplazar-

se y cambiar muchas veces antes de que el contenido de los mismos secretos y sus efectos sobre las personas y las relaciones entre estas puedan resolverse.

Cuando Anna Perada, de 32 años, concurrió a terapia, había guardado un secreto durante más de veinte años.[2] Poco antes de que cumpliera 12, fue violada por un hombre del vecindario. Cuando sus padres descubrieron el hecho, actuaron rápidamente, para guardarlo en secreto. Embargados por una enorme vergüenza, se la tomaron con Anna, cancelando su planeada fiesta de cumpleaños. Ninguno de los hermanos o amigos de Anna supo por qué se había suspendido la fiesta. El secreto permaneció entre Anna y sus padres, pero nunca se volvió a hablar de él.

Anna comenzó a reubicar su doloroso secreto al revelarlo por primera vez a su terapeuta. En la cultura contemporánea, el proceso de reubicar un secreto en la adultez a menudo comienza de este modo. *Desplazar el lugar de un secreto para incluir al terapeuta debe ser considerado el comienzo de un concienzudo proceso y no su finalización.* El terapeuta de Anna trabajó primero con ella para reabrir el secreto ante sus padres. Durante años Anna había guardado sus preguntas como un profundo secreto: ¿Por qué la habían castigado sus padres? ¿Por qué no habían acudido en su nombre a la justicia? Las respuestas que se había dado durante dos décadas habían sido una letanía de estigma y autoinculpación. Cuando sus padres revelaron su propio miedo, confusión y deseo de protegerla de un dolor aun mayor, dentro de una comunidad muy tradicional, la vergüenza de Anna comenzó a disiparse.

Tomando coraje, en vista de los buenos resultados obtenidos con sus padres, y con el apoyo sostenido de su terapeuta, a continuación Anna reubicó el secreto para incluir a sus hermanos de ambos sexos. Por supuesto, ellos no sabían lo que le había pasado a Anna, pero recordaron vívidamente el tono de tristeza y misteriosa humillación que reinaba en la familia cuando la fiesta de cumpleaños de Anna fue cancelada. El aislamiento de Anna dentro de su familia, que provenía de su secreto, cambió significativamente. Cuando reubicó el secreto para incluir a sus hermanos, estos a su vez respondieron con historias sobre su propia vida, de las que habían excluido a Anna durante muchos años.

En una reubicación final del secreto, Anna lo contó a sus amigos íntimos. Juntos decidieron hacer una "fiesta de cum-

pleaños de 12", celebrando que Anna reencontrara su dignidad y que recuperara sus vínculos con la familia y los amigos.

Por medio de una fundamentada y cuidadosa reubicación, tanto del secreto original como de los ocultos pensamientos sobre sí, Anna revirtió todo lo que había estado cancelado en ella y en su vida de familia. Su relación con los padres se había vuelto distante y marcada por demasiados silencios. Los tres sabían el secreto, pero la prohibición de hablar sobre él, causaba separación entre ellos, en lugar de proximidad. Sus hermanos habían crecido en una familia donde algunos conocían un importante y doloroso secreto, y ellos no. El largo período de la vida familiar en que la habitual sociabilidad y vinculación de la familia con la comunidad fueron súbitamente reemplazadas por una pena y una vergüenza inexplicables los había dejado desconcertados. Las bulliciosas amistades de la infancia se transformaron en susurros.

Con el objeto de liberarse del secreto, Anna hizo una revisión del conjunto de relaciones en las que aquel había comenzado. Al reconocer que ella había guardado sus propios secretos sobre el secreto, y buscando auténticamente comprender las acciones de sus padres, Anna comenzó a preguntar, que no es lo mismo que iniciar una confrontación enojosa. Con la ayuda de su terapeuta, vio que como adulta no necesitaba más el permiso de nadie para continuar reubicando el secreto hasta que no ejerciera más poder sobre su vida.

Anna provenía originalmente de una familia que valoraba las relaciones y que tenía un profundo arraigo en la comunidad. Un secreto descarriló esa vida por muchos años. Una fiesta de cumpleaños de 12 a los 32, con juegos para niños, juguetes y comida, simbolizó claramente cómo la reubicación cuidadosa y valiente de los secretos puede reconectarnos con lo mejor de nuestras familias.

La paralización del desarrollo

Imagine qué pasaría si su hermana le contara un secreto cuando usted está por casarse y le dijera que no se lo debe contar a su flamante cónyuge, o si fuera arrastrado a compartir un secreto sobre sus padres justo cuando estuviera dando pasos

tentativos en el mundo exterior. ¿Ha estado alguna vez en un funeral envuelto en silencio, debido a que la causa de muerte de un miembro importante de la familia se guardó en secreto?

Si se crea un secreto en un momento clave en el desarrollo familiar, el natural desenvolvimiento de la personalidad y de las relaciones puede congelarse. Los cambios que deberían estar ocurriendo, el desplazamiento de las fronteras que normalmente tendría lugar y las negociaciones que deberían producirse entre los miembros de la familia, quedan suspendidos cuando se crea un secreto justo en esos momentos en que las transformaciones son más esperables.

Todas las familias tienen etapas de desarrollo. Estas son más palpables cuando alguien entra en la familia por un matrimonio u otro tipo de relación entre adultos, por un nacimiento o una adopción, y cuando alguien deja la familia por abandono del hogar, o debido a una separación, un divorcio o la muerte. Estas entradas y salidas requieren que una familia se reinvente, edificando sobre lo que ha sucedido con anterioridad y agregando elementos a su repertorio, con el objeto de estar a la altura de las exigencias de las nuevas relaciones. Todos estos cambios implican la pérdida del equilibrio previo de la familia, unida al desafío de crear algo nuevo. Estas etapas no son acontecimientos distinguibles, sino más bien procesos que tienen lugar a través del tiempo. Por ejemplo, antes de que un adulto joven realmente abandone el hogar, las relaciones familiares normalmente han ido desplazándose gradualmente a través de la adolescencia de este joven. Cuando este proceso ha tenido lugar en la forma apropiada, ocurren complejos cambios en cada rincón de la familia. *Cuando se constituye un secreto en medio de este proceso del ciclo vital, lo que debería cambiar se detiene.*

Samuel Wheeler trató de dejar el hogar para concurrir a la universidad cuando tenía 19 años. El descubrimiento de un secreto central en la familia lo arrojó de vuelta al hogar y creó un cortocircuito en su joven adultez. Cuando Sam vino a verme, tenía 34 y todavía se debatía con las secuelas de lo ocurrido.

"De niño estaba siempre muy cerca de mi madre. Cuando era adolescente tuve muchas peleas con ella, pero gradualmente pareció aceptar que me estaba independizando. Ella y mi papá me dieron más responsabilidades y yo estaba a la altura

de sus expectativas. Su matrimonio nunca me pareció algo muy bueno. No es que pelearan mucho, pero cada uno iba por su lado", me relató Sam.

Cuando Sam dejó el hogar, se mudó a más de 500 kilómetros. Al comienzo de su primer semestre invitó a su madre a visitarlo. "Fue más que una sorpresa cuando se apareció con un amigo muy cercano de la familia, Duncan. Dijo que estaría conmigo en mi departamento y que Duncan se alojaría en un hotel cercano. No dio explicaciones acerca del motivo que lo había llevado a acompañarla", agregó Sam. Cada mañana, durante tres días, la señora Wheeler dejaba el apartamento de Sam a las cinco de la mañana y regresaba para tomar el desayuno a las ocho en punto. Cuando Sam finalmente la encaró y le preguntó qué estaba ocurriendo, ella le dijo que tenía una relación con Duncan. Esta relación ya tenía cierto tiempo, y al escuchar los detalles, a Sam se le hizo obvio que su hermana menor era hija de Duncan. Su madre le dijo entonces que nunca debería contárselo a su padre ni a su hermana. "Mi madre había guardado este secreto por años. ¿Por qué me lo tenía que poner delante de los ojos en ese momento?", se preguntaba Sam.

¿Realmente, por qué? Le pregunté a Sam qué efectos pensó que tuvo el saber sobre la relación amorosa de su madre y sobre la filiación de su hermana. "Mi partida de casa concluyó en ese punto", respondió Sam. No obstante ser brillante, los resultados del primer semestre fueron pobres; abandonó y regresó al hogar. "Era loco, pero sentía que tenía que controlar cómo iban las cosas", agregó. Mientras hablábamos se hizo evidente que Sam había retornado a su casa para hacer de guardián de las relaciones de la familia. Su hermana tenía 15 años en ese momento y él temía que el descubrimiento del secreto de un modo no planeado pudiera herirla. Permaneció en el hogar hasta que la hermana se fue. Lo que Sam dijo ejemplifica la *paralización del desarrollo*: "El saber estas cosas sobre la vida de mi madre me ha dejado sin poder cambiar mi relación con ella y con mi padre del modo que hubiera querido. Me trata con mucha deferencia, casi como si me tuviera miedo. Eso nos mantiene enredados, pero no realmente cerca; muy parecido a como cuando era adolescente, pero por diferentes razones. Quería estar más cerca de mi padre, pero este secreto es como una roca gigantesca entre nosotros".

Empujar a Sam dentro de un secreto, justo en la etapa en que él y su familia se estaban separando, tanto física como emocionalmente, detuvo el proceso. Probablemente, la madre de Sam no intentaba conscientemente que este regresara al hogar; es posible que tampoco se diera cuenta del impacto potencial que produciría al precipitarlo en el secreto, justo cuando estaba atravesando esa coyuntura. No obstante, el momento del anuncio del secreto coincidió con la ocurrencia de cambios centrales de la familia y los bloqueó.

Cuando se crean secretos en el momento de entrada en una familia o de salida de ella, *y* los secretos tienen que ver con estas entradas y salidas, su influencia sobre las relaciones familiares y el bienestar es enorme y puede afectar a muchas generaciones.

Cuando se crean secretos acerca de nacimientos o muertes, a menudo desaparecen algunos rituales familiares, que son un recurso crucial en nuestras vidas. Normalmente, estos rituales, incluyendo las vacaciones, los nacimientos y los aniversarios, anuncian y facilitan nuestros movimientos a través del tiempo. Las transiciones del ciclo vital y los cambios en nosotros mismos y en nuestras relaciones son posibles por medio de rituales significativos.[3]

Cuando hay secretos que se relacionan con un nacimiento, la ansiedad a menudo rodeará las celebraciones de cumpleaños. Si no se puede mencionar una muerte, las vacaciones resultan vacías y faltas de significado. Los miembros de la familia quedan sin un anclaje que los conecte con el pasado y sin timón que los guíe hacia el futuro.

Carl Polanski tenía 14 años cuando lo mataron en una lucha de pandillas, justo antes del día de Acción de Gracias. Embargados por una enorme vergüenza y pena, el señor y la señora Polanski quitaron todas las fotos de Carl. Todo recordatorio de su vida desapareció. Catherine nació dos años después de que muriera su hermano. Sus padres y la hermana mayor, Jennifer, guardaron en secreto la existencia de Carl ante Catherine, que creció en una atmósfera de profunda e inexplicable tristeza. Dado que no podía hacerse un duelo abierto para elaborar la pérdida, la pena de la familia era perpetua.

Debido a que la muerte de Carl permaneció sin ser mencionada y sin tener su duelo, los rituales normales de la familia

quedaron sin celebración. Como Acción de Gracias y Navidad coincidían con la muerte de Carl, la familia no les prestaba mucha atención, dejando a Catherine con la intriga de por qué su familia era tan diferente de las de sus amigos. Carl fue asesinado poco después de cumplir 14 años, acontecimiento que había celebrado emborrachándose con sus amigos. A medida que Catherine se aproximaba a la adolescencia, su cumpleaños se cargaba de ansiedad. Después de una gran pelea con sus padres, justo antes de cumplir 14 años, estos declararon que no habría más fiestas de cumpleaños en la familia. Los rituales que podrían haber realizado y señalado transiciones del ciclo vital no estaban disponibles, pues habían desaparecido tras un velo de secreto. No había visitas al cementerio y, a pesar de que la familia había sido católica practicante, no había velas encendidas en memoria de Carl.

El secreto de la vida y muerte de Carl alcanzó su clímax cuando Catherine cumplió 14. Después de presenciar, una vez más, la misteriosa depresión anual de su madre, que tenía lugar en la época inmediatamente anterior a la celebración de Acción de Gracias, e impaciente por la atención hipervigilante de su padre a cada una de sus acciones, Catherine comenzó a juntarse con una pandilla de chicas. En lo que resultó para los Polanski una pesadilla repetida de la vida de Carl, Catherine pasó su cumpleaños emborrachándose con sus amigos.

Dado que el nacimiento y la muerte son las transiciones vitales más esenciales, los secretos que se refieren al nacimiento y a la muerte pueden iniciar en una familia modelos de relación que propicien los resultados más temidos. El miedo oculto no puede discutirse ni desacreditarse, pero es experimentado con mucha intensidad en el clima emocional de una familia. Cuando el miembro de la familia que vive excluido del secreto alcanza la misma edad o etapa de desarrollo que la del sujeto del secreto, las relaciones familiares se ven envueltas en una tensión difícil de ser expresada. Catherine Polanski percibía todo lo que en su familia quedaba sin mencionarse, pero no tenía modo de encontrarle sentido a lo que percibía. Cuanto más cerca estaba de la edad en que su hermano había muerto, se despertaba más ansiedad en la familia. Cualquier pequeña variación que se desviara de los deseos de su familia era castigada con precipitación por sus padres, en un esfuerzo errado

por aliviar su propio terror a que terminara como Carlos. Sin palabras entre ella y sus padres para hablar sobre la etapa vital en la que estaba entrando, Catherine siguió adelante con un mapa donde todos los caminos conducían a la secreta vida y muerte de Carl.

A continuación de su borrachera de cumpleaños, el consejero de Catherine derivó a Catherine y a su familia a mi consultorio, diciéndome: "Es una buena muchacha, de una buena familia; no sé qué está ocurriendo, pero necesitan ayuda". Pasé las primeras cuatro entrevistas tratando de detener a la familia en su afán de convertir a Catherine en el chivo expiatorio, percibiendo todo el tiempo el pánico real que los rodeaba y preguntándome qué habría debajo de esto. Cuando una ansiedad no reconocida, y sin embargo palpable, llega a niveles tan altos, los miembros de la familia a menudo se aplican a la implacable culpabilización de una persona. Como terapeuta, era mi trabajo interrumpir cuidadosamente la condena de Catherine, sin culpar a los miembros de la familia.

Decidí encontrarme a solas con el señor y la señora Polanski. En esta entrevista, pude crear una atmósfera de aceptación y seguridad para permitirles que me contaran su historia. Cuando hablaron por primera vez a una persona externa a la familia, su enorme y contenida pena y vergüenza fluyeron a borbotones. Suavemente y con respeto, realicé intervenciones que les permitieran vincular la conducta habitual de Catherine y el secreto de la vida y muerte de Carl. Muy gradualmente fueron capaces de considerar que Catherine necesitaba saber y que en realidad tenía el derecho de saber sobre Carlos.

Hablé con ellos sobre todos los rituales que faltaban en sus vidas, rituales que podrían ayudarlos a curar las heridas. La señora Polanski rompió a llorar, diciéndole a su marido, por primera vez, cuánto tiempo hacía que quería ir al cementerio a visitar la tumba de Carl. El, a su vez, había mantenido este mismo deseo oculto ante su esposa.

El resto de nuestra terapia familiar tuvo que ver con relatar a Catherine sobre su hermano y sobre el motivo por el que habían mantenido su vida y su muerte en secreto ante ella. Miramos juntos viejas fotografías de la familia. El duelo abierto condujo espontáneamente hacia nuevos rituales de familia. Catherine pasó su decimoquinto cumpleaños en un concierto de

rock, llegó más tarde que la hora acordada con sus padres y, como el resto de sus amigas, quedó sin salidas por una semana.

Reflexiones sobre las relaciones modeladas por los secretos en su familia

Usted puede querer tomarse algún tiempo para pensar sobre cómo los secretos modelan las relaciones en su familia en este momento.

- ¿Dónde están ubicados los secretos en su familia?
- ¿Qué impacto piensa que tienen estas ubicaciones sobre diversas relaciones dentro de su familia?
- ¿Qué triángulos permanentes están modelados por los secretos en su familia?
- ¿Cómo afecta la presencia de secretos la cercanía o la distancia en las relaciones dentro de su familia?
- ¿Cómo afectan los secretos la frontera entre su hogar y su familia de origen? ¿Y entre su hogar y el mundo exterior?
- ¿Los secretos le impiden utilizar los recursos necesarios para solucionar problemas?
- ¿Los secretos tuvieron efecto sobre los rituales que naturalmente tienen lugar en la vida de su familia?
- ¿Cómo han afectado los secretos el desarrollo de los individuos y las relaciones en su familia?

Los Bradley, los Delgado, los Bowers, los Polanski, y todas las otras familias que he conocido con secretos me han enseñado la infinita variedad de los complejos modelos de relación definidos por aquellos. Sin embargo, desde el comienzo de mi

trabajo como terapeuta familiar, me sentí insatisfecha con el punto de vista que sugiere que los problemas de familia, particularmente aquellos que implican secretos, simplemente se incuban dentro de una familia. Me estremezco cuando una familia es llamada o se llama a sí misma "disfuncional", como si el complicado repertorio de respuestas ante la vida, de cualquier familia, tuviera la posibilidad de ponerse en correspondencia con una estrecha lista de rasgos universales. Mi búsqueda, a lo largo de las familias que he conocido, de la génesis de cualquier secreto en su vida, nos ha conducido fuera de la familia a su matriz, de la que ahora nos ocuparemos: su historia, su cultura, los orígenes étnicos, la raza, la religión, el género y la clase social.

Notas

1. Peggy Papp, A.C.S.W., era la terapeuta de familia de este grupo familiar. Yo trabajé como su consultora detrás de la cámara Gesell.

2. Esta historia pertenece al trabajo de la doctora Janine Roberts. Véase "On Trainees and Training: Safety, Secrets and Revelation", de su autoría, en E. Imber-Black (comp.), *Secrets in Families and Family Therapy*. Nueva York, W.W. Norton and Co., 1993, para un análisis de este caso en relación con la ubicación. Véase E. Imber-Black y J. Roberts, *Rituals for Our Times: Celebrating, Healing and Changing Our Lives and Our Relationships*. Nueva York, HarperCollings Publishers, 1992, para un análisis acerca de la utilización de rituales para resolver y curar secretos de larga data.

3. Véase Imber-Black y Roberts, *Rituals for Our Times*, para el análisis minucioso de la relación entre los rituales y la reparación de pérdidas, y para los modos como los rituales posibilitan las transiciones de los ciclos vitales.

3
La sociedad secreta

Después de la muerte de mi padre, ocurrida cuando yo tenía 12 años, tuve poco contacto con la familia Ball. Años después, cuando visito Charleston, lo hago en calidad de neoyorquino, de yanqui. Con el paso del tiempo me he enterado de muchas cosas acerca de los Ball, pero de muy poco acerca de los esclavos. Hubo 2.088 personas nacidas en esclavitud en la plantación de los Ball, entre 1800 y 1865, más otras muchas compradas en subasta. Cifras similares se mantienen desde el siglo anterior. Me siento obligado a indagar más a fondo sobre el papel de mi familia durante el período de la esclavitud. Al presente, no veo claramente mis motivaciones. Pero cuando echo una mirada sobre los campos de arroz, donde trabajaron miles de personas, quiero oír su versión, contada a la par del relato familiar.

EDWARD BALL

De cómo Peter se transformó en David: un secreto nacido en la Alemania nazi

"Todas las tardes, cuando regresaba de la escuela en nuestro pequeño pueblo alemán, mi abuela nos daba el té con masitas. A mis dos hermanos menores y a mí nos fascinaba escucharla contar una y otra vez las historias de la familia. Pero siempre había un punto donde estas se detenían, y yo sentía que omitía algún momento anterior. Le pedía que contara más, y ella, muy hábilmente, cambiaba de tema. Lo que coci-

naba no era como lo que cocinaban en las casas de mis amigos. Mis padres encendían velas en la iglesia para rezar por los parientes muertos. Ella encendía velas en casa para los aniversarios de las defunciones, sin poder explicar totalmente por qué lo hacía. A los 13 años me interesé mucho por el judaísmo y tuve peleas con mis padres cuando me negué a concurrir a la iglesia. A los 18, mientras discutía una cuestión financiera con mi tía abuela, ella me miró fijamente y me dijo: 'Es el judío que llevas adentro'. Cuando traté de averiguar qué significaba esto, me dijo: 'Mejor pregúntaselo a tu abuela'. Sólo poco a poco he podido armar el rompecabezas de la conversión de mis abuelos maternos del judaísmo al catolicismo, en 1930, un tema tan secreto que, aunque mi madre lo sabía, nunca se lo había contado a mi padre."

Cuando David nació fue bautizado como Peter, en honor a St. Peter. Ya adulto y residiendo en Nueva York, al aclarar los secretos de su familia que estaban íntimamente conectados con el nazismo, recuperó su judaísmo y cambió su nombre por David. "Todo lo que mi padre sabe es que yo me convertí, lo que para él resulta todo un misterio. Ni siquiera sé muy bien a quién estoy protegiendo al guardar este secreto."

A medida que iba conociendo a David, salieron a la luz otros elementos. Su padre es hijo único, nacido en una familia cuyo linaje de terratenientes se remonta a la Edad Media. Su abuelo paterno nació con una pierna más corta que la otra. Bajo el régimen nazi, se le negó el permiso para casarse a menos que se sometiera a una esterilización. Atrapado entre la vergüenza, el miedo y la determinación de concretar el matrimonio, decidió, junto con su joven prometida, que esta quedaría embarazada antes del casamiento. Las circunstancias del nacimiento del padre de David fueron guardadas, por supuesto, en secreto. David lo descubrió al investigar los registros de bautismo y al preguntar a un primo que conocía la historia de la familia. La madre de David nunca se enteró de esta historia. "Hoy", me dijo David con profunda tristeza, "mis padres se hablan muy poco y beben mucho. En las reuniones familiares, se supone que no debemos notar el silencio".

Sería muy sencillo reunir a la familia de David y, en la jerga hoy en boga, declararla "disfuncional". Alcoholismo, relaciones distantes, un hijo que cambia su nombre, hace una

conversión religiosa y se muda al otro lado del océano, y un sinnúmero de secretos guardados se ajustan en conjunto a la opinión prevaleciente de que las relaciones internas de la familia explican totalmente la conducta. La historia de David, sin embargo, ilustra los múltiples niveles sociales y políticos que dan forma a los secretos dentro de cualquier familia. Los decretos nazis de Nuremberg, referidos a la así llamada "pureza racial" y a la discapacidad física, forzaron a las dos parejas de abuelos de David a vivir en el secreto y la vergüenza. Ambas familias de origen crearon y guardaron secretos, llevadas por un miedo intenso y generalizado y por la necesidad de sentirse seguras. Los padres de David fueron incorporados a una trama de secretos familiares desde el día en que nacieron, debido a las diferencias respecto de la cultura dominante; secretos moldeados y regidos por las creencias y las leyes nazis que antecedieron a la Segunda Guerra Mundial; secretos tan profundos, que parece imposible desenterrarlos a todos, aun 60 años después. "Vivo sabiendo que hay muchas cosas que nunca conoceré totalmente", me dijo David, "y sobre esas cosas que sí sé, no tengo certeza de quién debe contarlas a los otros miembros de la familia, y por lo tanto me pliego al silencio".

La compleja trama, en el plano político y cultural, de las insidiosas políticas y prácticas del antisemitismo y la discriminación de las personas discapacitadas, combinadas con siglos de prejuicios de clase, dieron por resultado un entramado de culpabilidad, vergüenza y voces ahogadas en el plano de la familia.

Contextos de secretos encapsulados y múltiples

Ninguna familia se despierta una mañana y dice: "Hagamos un secreto". La búsqueda de los orígenes, de lo que se oculta y lo que se revela, sobrepasa inevitablemente las fronteras de cualquier familia en particular, introduciéndose en el mundo más amplio de la historia, la cultura, el poder y la política. Muy a menudo los detalles de este contexto mayor están borrosos o escondidos, lo que agrega capas adicionales de cosas no dichas y desconocidas.

Aunque las definiciones sociales de estigma y vergüenza encuentran su expresión en lo que guardamos en secreto en

nuestras relaciones personales y familiares, las relaciones entre el acto concreto de creación de un secreto en particular y la cultura de la cual surge, a menudo quedan ocultas. Cuando la génesis de un secreto es inescrutable, el estigma y la autoculpabilidad aumentan, y las decisiones sobre qué hacer están trabadas por la desinformación. Una familia que hoy en día oculta un suicidio no está simplemente actuando en el vacío. Este tipo de secretos tiene orígenes muy remotos en la historia documentada de Occidente. Durante la Edad Media y la expansión de la Iglesia Católica, no sólo se prohibía la sepultura en camposanto del cuerpo de la persona que había cometido suicidio, sino que este podía ser arrojado al otro lado de las murallas de la ciudad. El reconocimiento de un suicidio era una humillación pública para la familia, en lugar de una ocasión solemne para el duelo privado. Si bien esta historia tiene cientos de años, la potente mezcla de proscripción histórico-religiosa, vergüenza social y culpabilidad personal pueden, todavía hoy, alterar la versión de una familia acerca del certificado de defunción: un suicidio se convierte en un accidente automovilístico de un solo auto.

En los comienzos de la epidemia de SIDA, los líderes de la comunidad afronorteamericana fueron criticados por promover el secreto sobre la prevaleciente presencia de HIV/SIDA entre los afronorteamericanos.[1] Todos querían creer que esta era una enfermedad que solamente afectaba a los "grupos de alto riesgo": homosexuales, drogadictos y haitianos. El hecho de que algunos homosexuales y drogadictos fueran también afronorteamericanos fue prolijamente obviado. Esta aparente negación comienza a tener otro sentido cuando la conectamos con la penosa realidad histórica de que los esclavos que se enfermaban durante la travesía desde las costas africanas a América eran tratados como carga inútil y arrojados brutalmente por la borda.[2] Sin duda esta experiencia dejó un legado perdurable, profundamente arraigado en la mente colectiva de un pueblo: las enfermedades graves deben ser ocultadas ante quienes ejercen el poder. Hay sólo un pequeño salto entre ese modo de guardar un secreto dentro de la comunidad, y la encrucijada de mantener un secreto semejante dentro de la propia familia.

Cualquier familia actual puede debatirse en el dilema de cuánto debe contar a su hija adoptiva sobre sus orígenes. Es

improbable que esta misma familia explicite las creencias ocultas de su grupo étnico referentes a la adopción, o que reflexione acerca de los modos como la cultura contemporánea puede estar en armonía o en conflicto con esas opiniones. Sin embargo, son esas creencias, precisamente, las que influyen fuertemente en las decisiones acerca de qué se debe ocultar y qué se debe revelar.

Una mujer que en la actualidad guarda en secreto un aborto quizá conserve un vago recuerdo, justo en el límite de la conciencia, de un pasado no tan lejano, en que las mujeres que abortaban corrían el riesgo de ser procesadas. Mientras son innumerables las razones para mantener un aborto en secreto hoy en día, este antecedente legal y todo lo que significaba en términos de culpabilidad personal, vergüenza social y familiar, transgresión de la ley, normas religiosas y el fantasma de los abortos clandestinos se mantienen activos bajo la superficie.

Al trabajar con individuos y familias que se esfuerzan por tomar decisiones fundamentadas sobre los secretos de sus vidas, descubrí que enfocar los secretos en sus múltiples e imbricados contextos abre nuevas posibilidades. En tanto que las decisiones de crear, guardar o revelar un secreto son, en última instancia, responsabilidad individual, están intrincadamente relacionadas con estos múltiples contextos.

Veamos ahora algunas particularidades de los contextos más amplios: social, cultural y político, que modelan los mandatos sociales sobre los secretos.

Las amenazas ocultas: raza, grupo étnico, religión, clase social y género

Los secretos perturbadores y angustiantes de nuestra vida a menudo contienen dimensiones ocultas que entrañan desequilibrios de poder. En mi trabajo, tanto con familias como con instituciones, a menudo he visto que las personas que tienen poder sobre otras presumen que gozan de libertad para ocultar información. Por su parte, quienes tienen poco o ningún poder quedan recluidos en el silencio. He conocido mujeres, niños, gente pobre o minorías que utilizan el secreto para com-

pensar desigualdades de poder o para protegerse. Las diferencias de poder a nivel social, tales como entre hombres y mujeres, blancos y negros, ricos y pobres, resuenan dentro de las relaciones familiares y afectan el modo como se manejan los secretos.

Las personas que pertenecen a una cultura diferente de la de la mayoría y que se sienten amenazadas, o avergonzadas de su estatus, a menudo crean secretos. En tanto que los desequilibrios de poder, la divergencia con la mayoría y la amenaza se filtran en todos los niveles en los que existen secretos, los niveles social, cultural y político son los lugares menos examinados para ampliar y profundizar nuestras opciones acerca de algún secreto privado.

La raza, el grupo étnico, la religión, la clase social y el género aportan una importante contribución a lo que se oculta, se silencia o se considera tabú. Las experiencias históricas y las creencias que surgen de ellas tienen repercusión en nuestros encuentros actuales con los secretos. El descubrimiento de los modos como estas partes ocultas están conectadas con estos dominios, a menudo significa el derrumbe de misterios de larga data.

Raza

¿De qué manera ha contribuido la historia de las relaciones interraciales y el racismo a la creación de los secretos específicos de su vida? Los secretos modelados por la raza y el racismo (muy generalizados en todo el mundo) son una matriz para todo tipo de secretos basados en el poder, la diferencia y la amenaza.

Con sólo retroceder cuatro o cinco generaciones podemos sacar a la luz los orígenes de los secretos que se agitan dentro de muchas familias afronorteamericanas del presente. Recibí hace muy poco la invitación para un casamiento, que representaba a la novia y el novio saltando alegremente sobre una escoba. ¿Qué significaba esto? Durante la esclavitud, los casamientos podían ser prohibidos por los amos blancos. Dado que se separaba abruptamente a hombres, mujeres y niños al ser vendidos, se desalentaban los vínculos estables y hasta se los declaraba ilegales. Se desarrolló una práctica se-

creta llamada "saltar el palo de la escoba" para ritualizar el matrimonio.[3] Una tradición que originalmente requería el secreto y que comenzó en un contexto de coerción y miedo por un lado, y de valentía y determinación por el otro, es recuperada en los contextos actuales como celebración de supervivencia.

Al prohibírseles el aprendizaje de la lectura y la escritura, las mujeres afronorteamericanas expresaron, cosiendo edredones que relataban los secretos de la opresión y las luchas por la libertad, historias que no podían ser conocidas de otro modo.[4]

"¿De quién es este niño?": la historia de Sara

Conocí a Sara Williams cuando vino a verme con Trevor, su hijo de siete años. Sara, una afronorteamericana de 39 años, cabeza de familia, que vivía en el Bronx, era competente en todas las áreas de su vida excepto con Trevor. Los maestros se quejaban de que siempre provocaba desorden en la clase. "No puedo lograr que me preste atención", me contó Sara. Era una enfermera supervisora matriculada y, sin embargo, cuando hablaba con Trevor, se mostraba tímida e indecisa. ¿Qué ocurría aquí?

Cuando conocí mejor a Sara, me confesó que en realidad era la abuela de Trevor, pero que este no lo sabía. Con lágrimas en los ojos me habló con vergüenza sobre su hija, Bernice, que tuvo al niño cuando contaba sólo 15 años, reeditando el embarazo adolescente de Sara. Cuando el conflicto entre la madre y la hija creció, Bernice se fue, dejando a Trevor con su abuela. "Es mío, pero no es mío", se lamentó Sara. "Vivo con miedo de que la escuela u otras autoridades lo descubran y me lo saquen. No sé si alguna vez se lo voy a decir." El secreto de la filiación de Trevor y la adopción informal hecha por Sara le estaba creando enorme ansiedad, inhabilitándola como madre eficaz y contribuyendo a la tensión entre ella y su nieto. Al mismo tiempo, esta adopción informal y secreta tenía un sentido acabado para Sara y le resultaba conocida, tanto por su familia de origen como por su cultura.

Así como los matrimonios estaban prohibidos en la condición de esclavo, los lazos entre padres e hijos eran quebrados con frecuencia. Cuando se vendía a los padres, los niños eran cuidados

por un método de adopción informal. Frecuentemente, la paternidad biológica de estos niños era mantenida en secreto ante ellos. Lo que comenzó como un intento de proteger a los niños del dolor de perder a sus padres, continúa como secreto en muchas instancias de la adopción informal de hoy en día. Cuando Sara pidió el consejo de parientes y amigos, todos le dijeron que no contara a Trevor su verdadera filiación, al menos hasta que fuera grande. El temor que ellos sentían ante las autoridades reproducía el que Sara también sentía y se relacionaba directamente con una época en la historia de su pueblo en la que padres e hijos podían ser separados para siempre sin ninguna apelación.

Cuando Sara y yo fuimos capaces de ubicar su situación actual dentro del contexto histórico y social de las relaciones de familia afronorteamericanas, se le abrieron muchas posibilidades. Al hablarlo con sus familiares, entre ellos una tía de 92 años, descubrió varias instancias de adopción informal que no conocía, incluso algunas que no eran ajenas al conocimiento del niño. "Lo veo más como parte de una tradición de supervivencia que como algo de lo que debo avergonzarme", concluyó Sara. "Quiero que Trevor también lo sepa."

Cuando un poder coercitivo modela las relaciones, cunde la explotación y el abuso sexual. Bajo la esclavitud, los hombres afronorteamericanos era utilizados como "reproductores" para aumentar el número de esclavos, en tanto que las mujeres de la misma procedencia eran utilizadas como objetos sexuales por los amos blancos. [5] Niños con piel más clara constituían el resultado de violaciones y otras formas de explotación sexual. Estos niños a menudo eran mejor tratados por los amos. De este modo comenzó el paradójico y doloroso secreto del color de la piel, dentro de las familias afronorteamericanas. Una piel más clara puede otorgar privilegios y oportunidades, y al mismo tiempo ser un recordatorio de la explotación sexual de las mujeres negras. Dado que la piel más clara continua siendo valorada y preferida dentro de la sociedad norteamericana, las diferencias en el color de piel son a menudo una dimensión no explicada en las relaciones familiares entre los afronorteamericanos. El color de la piel puede sostener penosos secretos familiares, incluyendo a miembros de la familia cuyo color de piel es muy diferente de la del resto, que hacen las veces de chivos expiatorios: "pasan por blancos", viven una doble vida o cortan totalmente con la familia.[6]

El proceso de guardar secretos ante los "de afuera" era esencial durante la esclavitud, como lo es para cualquier grupo oprimido para quien la diferencia entre la vida y la muerte puede depender de lo que se oculta o se revela. Cuando una familia tiene como "norma" mantener "los asuntos de la familia" estrictamente dentro de las fronteras del hogar, aun sobre cuestiones triviales, probablemente hubo una época en la historia familiar y cultural en que esa norma haya sido una respuesta eficaz y adaptativa ante circunstancias amenazadoras.

Grupo étnico

La mayor parte de Estados Unidos es una nación de inmigrantes. Ya sea que la inmigración haya tenido lugar en nuestra generación o mucho tiempo antes, cada uno de nosotros está relacionado con un pueblo que ostenta un conjunto de valores, creencias y experiencias que contribuyen a nuestra identidad actual. En las familias con las que he trabajado, los conflictos y posturas fundamentales con respecto a los secretos o la sinceridad a menudo tienen inadvertidas raíces étnicas.

Hasta hace muy poco, en el contexto norteamericano, la asimilación era la vía más valorada por los inmigrantes que querían ser aceptados y prosperar. En consecuencia, muchas personas cambiaron sus nombres, borraron toda conexión con sus orígenes étnicos y hasta recurrieron a la cirugía para alterar su apariencia. Estas drásticas medidas para adecuarse a la cultura de la mayoría dieron por resultado perdurables secretos familiares surgidos de la vergüenza de ser diferentes.

La desviación de las cualidades valoradas por un grupo étnico conduce con frecuencia a la creación de secretos. Por ejemplo, si usted proviene de un pueblo que valora la conformidad, porque le ha permitido sobrevivir, es probable que los actos de rebelión, consecuentemente, sean guardados en secreto. Todo grupo étnico tiene aspectos de vida de los que se enorgullece. Para alguno pueden ser los logros en el área educativa, para otro el éxito en el trabajo, para un tercero el hecho de tener una familia extensa numerosa y unida. Cada una de estas fuentes de orgullo étnico contiene las semillas de la vergüenza, cuan-

do los individuos se apartan de lo esperado. Esta vergüenza alimenta el *secreto*.

Las relaciones entre los grupos étnicos minoritarios y la cultura mayoritaria pueden modelar profundos secretos que encierran perturbaciones violentas y coercitivas de las relaciones familiares, de la identidad del grupo y del bienestar individual. Por muchas décadas, los niños nativos americanos de los Estados Unidos y del Canadá eran sacados de sus tribus y colocados en colegios financiados y administrados por el gobierno para pupilos, disposición basada en la errónea creencia de que sus familias eran incapaces de criarlos adecuadamente y de que esos niños necesitaban "cultura blanca". Sólo recientemente, algunos norteamericanos nativos adultos han revelado los secretos del abuso sexual y maltrato físico que tuvo lugar en esos establecimientos. De un modo similar, los niños aborígenes de Australia, desde 1918 a 1960, fueron secuestrados y entregados a familias de blancos para que los criaran, en tanto que se ocultaban sus orígenes étnicos y las historias de sus familias biológicas. [7]

El grupo etnico y sus secretos

Piense específicamente sobre cómo su grupo étnico responde a cuestiones como el matrimonio con otras etnias, la adopción, la crianza de los hijos, el abuso de drogas, las finanzas y la violencia familiar.

- ¿Cómo han contribuido las experiencias históricas, aun de muchas generaciones atrás, a generar las creencias acerca de qué debe mantenerse en secreto y qué puede manifestarse abiertamente?
- ¿Cómo han contribuido la guerra, el terror político o la inmigración en los secretos de su grupo étnico?
- Si su familia pertenece a dos o más grupos étnicos, ¿cómo ha influido este hecho en los modelos subyacentes al modo de guardar secretos dentro de ella?

Religión

"Nadie me conoce": la historia de Anne

Anne McDougal tenía 31 años cuando vino a verme. Me confió que se sentía desesperanzada y sola. Provenía de una familia irlandesa católica, grande y ruidosa, que esperaba que cada hijo se casara y tuviera a su vez muchos niños; Anne era la única que se había quedado soltera. Era profesora en una escuela primaria local. Hacía bien su trabajo y regresaba sola a su departamento cada día. No tenía amigos íntimos.

Pasó llorando la mayor parte de nuestras primeras tres sesiones, pero no pudo decirme qué era lo que la preocupaba. Por mi parte, me fue posible reconstruir de su relato que siete de sus ocho hermanos estaban casados, tenían hijos y vivían en las cercanías. Los veía rara vez. Las reuniones familiares le resultaban tremendamente incómodas. La inminente e importante ceremonia religiosa del casamiento de su hermana menor la había decidido a llamarme. Unos años antes había sufrido un agudo ataque de pánico en la boda de su hermano. Estaba segura de que esto le ocurriría nuevamente en la boda de su hermana.

En nuestra cuarta reunión, Anne me confió un secreto que nunca había revelado a nadie: "Mi madre se moriría y mi padre me desconocería; he roto todo lo que era más preciado para ellos y para mí". Anne se había hecho un aborto seis años antes, precisamente antes de la boda de su hermano. Interpretó el ataque de pánico en esa boda como un castigo de Dios. "Me sentí muy avergonzada. Casi al final de la ceremonia, me desmayé. Distraje la atención de todos de la misa de casamiento de mi propio hermano. Simplemente me odié a mí misma por esto y no se lo pude decir a nadie." Con el tiempo se alejó de la familia y de los amigos. "Voy a la iglesia pero siento como si no tuviera derecho de estar ahí. Las personas piensan que me conocen, pero nadie me conoce", agregó.

Nuestro trabajo conjunto comprendió un detenido examen de sus creencias religiosas y de lo que significaba para ella haber roto un dogma central de su fe. Hablamos sobre el alcance del perdón en su religión. Trabajé con Anne para discernir diferencias entre los numerosos miembros de su familia, ayu-

dándola a que determinara a quién podría contarle su doloroso secreto. Se dio cuenta de que se estaba juzgando más severamente de como lo harían la mayoría de sus hermanos. Decidió arriesgarse y contárselo a su hermana más próxima, y cuando logró su aceptación, se lo contó a otros tres hermanos. Regresó a la iglesia y buscó la absolución. Gradualmente llegó a considerar el aborto como una cuestión privada y no como un secreto vergonzoso.

Algunas religiones tienen prácticas secretas sólo conocidas por sus feligreses. A menudo, estos son secretos esenciales que contribuyen a crear un sentimiento de pertenencia y a delimitar fronteras entre esa comunidad religiosa en particular y el mundo exterior. Expresados por medio de rituales, liturgia y estilos de culto, estos secretos frecuentemente contienen y protegen creencias espirituales.

La persecución religiosa es un terreno fértil para la creación de secretos. Si usted pertenece a un grupo religioso que ha experimentado persecución, es muy probable que existan secretos acerca de conversiones y otros modos de supervivencia que datan de muchas generaciones atrás. Muy recientemente, ha surgido gran cantidad de información sobre los judíos ibéricos de España, Portugal y sus colonias en México, Perú y Brasil. Forzados a convertirse para no tener que sufrir la pena de muerte durante la Inquisición, muchos de estos judíos se convertían exteriormente, mientras seguían practicando en secreto el judaísmo.[8] Quinientos años y muchas generaciones más tarde, todavía se encuentran restos de la tradición judía (celebraciones de los ciclos vitales, observación de la dieta, supersticiones), en los que ahora son los descendientes católicos de estas familias. La otra cara de esta moneda consiste en que las religiones que practican la persecución guardan terribles secretos acerca de su tiranía sobre los demás.

Todas las religiones incluyen normas de comportamiento. Cuando las creencias religiosas prohíben ciertas acciones, tales como el divorcio, los métodos anticonceptivos, el aborto, el suicidio, el sexo extramatrimonial, el casamiento con miembros de otra religión o la homosexualidad, muchos individuos y familias responden guardando en secreto su conducta, en tanto que mantienen su filiación religiosa.

Aunque no existe nada inherente a la religión que promueva el secreto, las creencias religiosas que se sostienen con rigidez, combinadas con una conducta real que contradice esas creencias, conducen a menudo a la creación de secretos. Cuando estos nacen de la transgresión de principios religiosos, se potencian la negación, la culpa, la vergüenza y el engaño.

Los secretos que se crean y se guardan porque violan normas religiosas, se pagan caros. Cuando las acciones están en conflicto con las creencias, el resultado es la alienación del individuo, de sí mismo y de las demás personas. Las relaciones familiares se hacen hipócritas y se niega la existencia misma del problema. Por ejemplo, cuando Susan Smith fue enjuiciada por el asesinato de sus dos pequeños hijos, a quienes ahogó, se supo que su padrastro había abusado sexualmente de ella en su adolescencia, algo que previamente había sido un secreto y un hecho negado. Este hombre, Beverly Russell, era un respetado alto miembro de la Coalición Cristiana. La propia madre de Smith y los miembros de la comunidad, que sabían sobre el abuso, ayudaron a mantenerlo en secreto.[9] Cuando la realidad del abuso sexual que la joven sufría entró en conflicto con la agenda de "valores familiares" de la Coalición Cristiana, simplemente se hizo "desaparecer" el abuso sexual.

La reputación de la que goza una comunidad religiosa dentro de una comunidad más amplia, también puede contribuir a la creación de secretos nocivos, dado que sus miembros tienen miedo de darle a su grupo religioso motivos de qué avergonzarse ante los de afuera. Las esposas golpeadas dentro de la comunidad judía no son menos que en otras comunidades; no obstante, entre los judíos, a menudo se lo guarda en secreto.[10] Aquí, el miedo de un grupo religioso de sufrir estigma y vergüenza frente a la comunidad exterior, funciona para mantener el secreto y la negación en determinadas familias, impidiendo, por lo tanto, una solución.

Al pensar acerca de sus propias creencias religiosas, considere de qué manera pueden contribuir estos factores a la creación de secretos en su vida.

- ¿Cuáles son las creencias de la religión con la que usted se identifica que se relacionan con lo que puede decirse abiertamente y lo que debe mantenerse en secreto?
- ¿Está guardando los secretos de otros miembros de la familia, con el objeto de mantener la apariencia dentro de su comunidad religiosa?
- ¿Los miembros de la familia guardan secretos ante usted porque temen su reacción ante la transgresión de un precepto religioso?
- ¿Vive usted una doble vida, profesa un credo religioso y al mismo tiempo lo viola? ¿Qué efecto tiene esto sobre su sentido de identidad y sobre su capacidad de relacionarse auténticamente con los demás?

Clase social

El mito oficial en los Estados Unidos proclama que todos somos iguales, que no existen distinciones de clase social. De hecho, la clase social es una dimensión a menudo silenciada que organiza profundamente nuestra vida. En tanto son absolutamente visibles en áreas tales como las oportunidades educativas, la elección de trabajo o la falta de este, la vivienda, el barrio en el que se vive, el cuidado de los hijos y el ingreso, las diferencias de clase –libremente admitidas en la mayoría de las naciones del mundo–, aquí continúan siendo un tema casi inmencionable. De este modo, la clase social crea el tipo de secreto que todos conocen que existe, pero que nadie puede reconocer abiertamente.

En mi ejercicio de la terapia familiar, he sido testigo de muchos padres que se sienten preocupados y enojados porque su hijo elige casarse con alguien que no es lo "suficientemente buena para él", pero se niegan a precisar que este no ser "lo suficientemente buena" significa que proviene de una clase social inferior. Un esposo se lamentaba con amargura en una sesión: "Cada Navidad vamos a la casa de mi familia política. Los regalos son fastuosos para todos, excepto para mí. A mí siempre me regalan cosas baratas. Eso se debe a que provengo de una familia de clase trabajadora. Ese es el código de ellos para decir que no pertenezco a su clase. Nunca lo dijeron abiertamente. Si me pongo mal, se ríen y dicen que no tengo sentido del humor".

Nuestra incapacidad para dar cuenta de las diferencias de clase puede conducirnos a distorsiones muy peculiares de la realidad. Como me dijo una mujer inmensamente rica: "De niños se esperaba que no nos diéramos cuenta de que éramos ricos. Nuestra casa se levantaba en lo alto de la colina del pueblo y era más grande que todas las otras, pero mis padres insistían en que éramos iguales a todos. Para que no pensáramos que estábamos mejor que los demás, nos enviaron a la escuela pública. ¡Llegábamos cada día en una limusina conducida por un chofer!".

SECRETOS Y CLASE SOCIAL

Dado que la clase social rara vez se menciona abiertamente en las familias, la idea de considerar su efecto sobre los secretos puede ser territorio desconocido. Algunas de las preguntas que formulo a los clientes sobre el impacto oculto de la clase social pueden ayudar a eliminar este tabú.

- ¿Ha habido ascensos o descensos de clase social en su núcleo familiar o en el resto de la familia que condujeran al silencio o al secreto?
- ¿Ha habido en su familia rupturas de relaciones entre hermanos adultos o entre padres e hijos también adultos debido a diferencias de clase no reconocidas?

- ¿Cómo ha contribuido el prejuicio de clase a la gestación de los temas tabú?
- ¿Cómo han influido en los secretos de su familia las creencias relativas al dinero o la educación?
- ¿El activo y el pasivo financieros de su núcleo familiar y de su familia extensa son por todos conocidos o mantenidos en reserva?
- ¿Usted o algún familiar suyo disfrazan su clase social de origen? ¿Qué pasaría si usted propusiera la discusión abierta de esta zona oculta de las relaciones familiares?

Género

Hace algunos años, me llamó una periodista para discutir una nota que estaba redactando sobre los secretos de mujeres. Cuando le pregunté qué entendía por "secretos de mujeres", respondió: "Como cuando una esposa abolla el paragolpes, pero le dice al esposo que alguien la chocó cuando el auto estaba estacionado". Le pregunté si pensaba que un hombre inventaría un secreto como ese y me dijo que por supuesto que no. A continuación nos sumergimos en una discusión muy interesante sobre los secretos que se guardan por miedo, cuando las relaciones son moldeadas por las diferencias de género y de poder. Si usted quiere entender el peso que tiene el género en un secreto de su vida, pregúntese a sí mismo si una persona del sexo opuesto guardaría esa cuestión en secreto. Si la respuesta fuera negativa, pregúntese entonces qué es lo que tiene ese secreto en particular, que está afectado por el género y por las relaciones hombre-mujer.

"No puedo creer que ella me haya hecho esto": la historia de Bill y Ellen

Bill Korman irrumpió enojado en mi consultorio, mientras su esposa, Ellen, lo seguía mansamente. Esta era la segunda sesión de terapia de pareja, solicitada a partir de lo que ambos des-

cribían como "demasiada distancia entre nosotros". Pronto descubrí que después de nuestro primer encuentro Ellen había decidido contarle a Bill un secreto que había estado guardando durante los 12 años que llevaban de matrimonio. "Quería blanquear las cosas entre nosotros. Si vamos a ser un matrimonio, no quiero fingir más en la cama", afirmó Ellen con calma. Había estado fingiendo orgasmos durante todos esos años. Bill estaba furioso. "¿Cómo pudo engañarme de ese modo?" Comencé a atraer la atención del marido hacia el hecho de por qué Ellen sintió la necesidad de fingir, a lo que ella replicó: "Me sentía avergonzada de mí misma como mujer y sentí que tenía que proteger tus sentimientos como hombre". Durante 12 años Ellen había guardado este secreto, llevada por las contradictorias creencias de que ella era anormal de alguna manera, y de que su esposo no toleraría sentirse "menos hombre" porque su mujer no tuviera orgasmos cuando hacían el amor. Su vergüenza personal, unida al miedo de herir la sensibilidad de su esposo, crearon un secreto nocivo que impregnó la relación en su totalidad.[11]

El secreto de Ellen, ubicado en el centro de la vida íntima de esta pareja, es una dolorosa ilustración del efecto de las relaciones de género sobre los secretos. Hasta hace muy poco, se ocultaba todo tipo de abuso físico y sexual de las mujeres. En tanto que este maltrato actualmente es de público conocimiento dentro de nuestra cultura, muchas mujeres en particular todavía guardan silencio cuando sus parejas les pegan o cuando abusan sexualmente de sus hijas. Hasta hace poco las mujeres violadas, muy a menudo eran culpadas del hecho. La humillación por parte de los médicos, la policía y las autoridades judiciales garantizaba que las mujeres no denunciaran una violación.

En muchas partes del mundo, todavía se estila la degradación de las mujeres víctimas de una violación. Históricamente, la violación ha sido utilizada como arma en las guerras. En los países conquistados, las mujeres son forzadas a tener sexo con las fuerzas de ocupación y se les prohíbe denunciar el hecho. Mucho después de finalizada una guerra, gran cantidad de mujeres ocultan vergonzosamente que han sido violadas, temiendo que al decirlo se arriesguen a ser condenadas al ostracismo por su propia gente. Estos

peligrosos secretos son ejemplos de cómo los más poderosos pueden obligar a los menos poderosos a guardar silencio. En tanto que tales secretos son creados dentro de las relaciones íntimas de la familia, su continuidad se apoya en el supuesto histórico, profundamente enraizado y sólo muy recientemente puesto en duda, de que las mujeres y los niños son propiedad de los hombres. La tensión que se desarrolla ante la alternativa de mantener estos secretos o darlos a conocer está directamente relacionada con la vergüenza de las mujeres, la autoinculpación y los siglos de entrenamiento en la protección de sus hombres, unidos a la incertidumbre acerca de la reacción de la policía, los tribunales, los organismos gubernamentales relacionados con la acción social, y también de la familia extensa.

Para mantener su empleo, las mujeres a menudo guardan en secreto el acoso sexual del que sus jefes las hacen objeto en el lugar de trabajo. Cuando Anita Hill se presentó para declarar que había sido sexualmente acosada por Clarence Thomas, súbitamente toda la atención se puso sobre este secreto nacional. Lamentablemente, esta atención duró poco. No solamente descubrimos que una fiscal de excelente preparación había sentido temor de poner en peligro su carrera si no guardaba el secreto de que era acosada por su supervisor masculino, sino que comprobamos con tristeza que su suposición era acertada. Como manifestara la Senadora Barbara Mikulski: "El mensaje para quien quiera denunciar ese tipo de prácticas es: no lo hagas porque te van a dejar solo. Para cualquier víctima de acoso, abuso o violencia sexual, ya sea en la calle o hasta en su propio hogar, el mensaje es que nadie la va a tomar seriamente, ni siquiera en el Senado de los Estados Unidos".[12] El acoso sexual ha pasado de ser un secreto que guardaban algunas mujeres trabajadoras en particular, a ser un secreto que todos conocemos pero fingimos no saber.

Hay secretos que los hombres guardan ante las mujeres porque se sienten autorizados para hacerlo. Un cuarto de siglo después del comienzo del movimiento feminista en los Estados Unidos, a menudo me asombro del número de hombres que en la actualidad mantienen secretos sobre temas de dinero ante sus esposas. Frecuentemente estos secretos son convenientemente redefinidos como "asuntos privados". En tanto que es-

tos secretos cuentan con la connivencia de las esposas cuando estas aceptan no saber sobre las finanzas de la pareja, he conocido muchos hombres que se sienten autorizados a conservar la información financiera en secreto ante sus esposas.

Un modelo audaz de cómo los secretos pueden ser utilizados para proteger a los hombres a expensas de las mujeres, se hace visible en el primer caso registrado de inseminación por donante. En 1884 un matrimonio consultó a su médico por sufrir de infertilidad. Bajo los efectos de la anestesia, la mujer fue inseminada, sin saberlo, con el esperma de un estudiante de medicina. Seguramente convencido de que los hombres están autorizados a guardar tales secretos, el doctor hizo conocer los detalles de la inseminación solamente al esposo. La mujer dio a luz y crió un niño que creía que era de su marido. Este secreto ocultaba otro: el esposo había tenido sífilis y no quería que su mujer supiera que esta era la causa probable de su infertilidad.[13] Mientras que en la actualidad no se ocultaría algo semejante, la creencia en el poder y el privilegio de los hombres, que lo hizo posible hace un siglo, todavía persiste y da lugar a otros secretos que los hombres se sienten autorizados a guardar ante las mujeres.

Los hombres también guardan ciertos secretos con el objeto de enaltecer una imagen que de otro modo sería insostenible, o para disimular la vulnerabilidad y la debilidad, características que no son consideradas viriles. Muchos hombres guardan secretos referentes a su inseguridad en el trabajo, falta de capacidad o fracaso ostensible. Cuando Tom y Sonia Gorham vinieron a verme, su matrimonio estaba en una crisis extrema. Los negocios de Tom hacía meses que no prosperaban, pero este lo había mantenido en secreto ante Sonia. Sin que ella lo supiera, Tom había utilizado dinero ahorrado para la educación universitaria de sus hijos, a fin de mantener su negocio a flote. Ultimamente había sacado un crédito a un interés muy alto, poniendo en riesgo la seguridad financiera del hogar. Sólo al abrir una carta del banco Sonia comenzó a descubrir lo que Tom había estado haciendo con el dinero de ambos.

Cuando comenzamos a hablar por primera vez sobre lo que estaba ocurriendo en su vida, Tom se mostó arrogante y enojado con Sonia por lo que llamó "fisgoneo". Sólo más tarde en la

sesión se quebró y dijo llorando: "Soy el hombre de la casa. Se espera que yo cuide a mi familia. No quería que ella supiera. No quería que nadie supiera". El padre de Tom era un exitoso hombre de negocios, y él creció con la consigna de que "los hombres cuidan, las mujeres son cuidadas". La vergüenza provocada por el fracaso en su negocio lo llevó a guardar secretos que casi arruinan el matrimonio.

Las construcciones sociales sobre la virilidad influyen sobre los hombres para guardar secretos aun ante ellos mismos. Algunas veces esto puede ser personalmente peligroso. Charlie Gooden, de 43 años, vino a verme dos años después de su divorcio. Solo y bastante triste, Charlie me habló sobre su incapacidad para encontrar, hasta la fecha, la mujer "indicada". A medida que avanzábamos en la terapia, descubrí que Charlie había conocido a una mujer que pareció interesarle, pero que la relación había terminado misteriosamente algunos meses atrás. Cuando urgí a Charlie para que diera su opinión acerca de lo que había sucedido, cambió de tema. Sólo en la undécima sesión me contó que un amigo quería arreglarle una salida, pero que él se había rehusado. ¿Qué estaba ocurriendo con este hombre que tanto deseaba una nueva relación?

Le pregunté a Charlie qué imaginaba que pasaría si aceptaba encontrarse con esta mujer. De pronto se aflojó y comenzó a llorar. Quería huir de la sesión, pero le rogué que se quedara. Tartamudeando, Charlie me contó que hacia el final de su última relación, súbitamente, no pudo sostener una erección. La mujer con la que estaba saliendo concluyó la relación con enojo y recriminaciones. Charlie se recluyó. Se concentró en el trabajo. Luego de ese episodio me vino a ver instado por su mejor amigo. Me relató que "se había forzado a olvidar" lo que había ocurrido con su amiga. Le pregunté si había ido a ver un médico. Se rió con ironía y me dijo que un médico le diría que tenía problemas con las mujeres. Le expliqué que la dificultades de erección podían tener origen en distintos trastornos físicos, y lo insté a que se hiciera un chequeo. Dos semanas más tarde Charlie descubrió que la razón por la que no podía mantener una erección era que tenía una diabetes nunca antes diagnosticada.

Nuestras creencias sobre lo que significa ser un hombre o una mujer sostienen uno de los secretos más dolorosos y

más íntimamente guardados por los hombres: el secreto del abuso sexual. En tanto que algunas mujeres han comenzado a revelar el secreto de haber sufrido abuso sexual de niñas, muy pocos hombres han hecho lo propio. Como las víctimas femeninas, los muchachos jóvenes son intimidados en el momento del abuso para que guarden silencio. Cuando el joven ha crecido lo suficiente como para independizarse del abusador, también ha aprendido el sonoro mensaje social de que ser víctima de un abuso lo ha convertido en algo "menos que un hombre". La creencia, profundamente arraigada, de que ser hombre es claramente superior a ser mujer, funciona para promover el secreto sobre el abuso. Si quien lo perpetró fue un hombre, la homofobia rodea al secreto. "Si alguien sabe que esto me ha ocurrido", se dice un hombre a sí mismo, "pensarán que soy homosexual". En lugar de revelar el horrible secreto, muchos reaccionan haciéndose hipermasculinos, evitando toda actitud que pudiera parecer vulnerable o "femenina". El alcohol, el abuso de drogas y la conducta sexual compulsiva pueden aliviar la pena y ahogar el secreto.[14]

A través de los años, he trabajado con numerosas parejas, en las que el motivo de consulta inicial acerca del abuso de drogas, los problemas sexuales o el silencio inamovible del esposo estaba ligado, en última instancia, a una vergüenza crónica provocada por el secreto nunca revelado de haber sufrido abuso sexual en la infancia. En cada situación, las creencias de género del hombre, tomadas de la cultura y de su familia de origen, fueron la argamasa que selló el secreto.

En una serie de episodios de 1995 de la serie televisiva *NYPD Blue* [Policías en Nueva York], se presentan con cuidado y reflexión los efectos que producen dos secretos de género sobre una pareja. La relación de una pareja de recién casados formada por el detective policial Andy Sipowicz y la asistente del fiscal del distrito Sylvia Costas comienza a erosionarse bajo el peso de los secretos que cada uno está guardando ante el otro. Víctima reciente de un asalto violento en la calle, Sylvia comienza a experimentar nuevamente el trauma de haber sido violada muchos años antes. Ha guardado en secreto esta violación ante su marido llevada tanto por su propia vergüenza como por el miedo de que, al saberlo, Andy sintiera rechazo por

ella. El dilema experimentado por muchas víctimas de violación, entre contar lo vivido o no hacerlo, y en caso de contarlo, a quién, se muestra aquí de manera conmovedora. Como espectadores, se nos invita a meternos en el torbellino de dudas que se desata cuando Sylvia considera las consecuencias que tendrá su decisión.

Simultáneamente, se nos muestra el desarrollo de un nuevo secreto en la vida de Andy. Teme padecer cáncer de próstata y oculta el problema médico ante su esposa. Como espectadores somos testigos de la formación de un secreto, nacido para proteger a un ser querido. Como hombre, Andy piensa que necesita ocultar cualquier debilidad ante su esposa.

En este contexto, ignorando el secreto de su esposo, Sylvia encuentra coraje para arriesgarse a contarle a Andy el secreto de su violación. Este le da muestras de su apoyo y comprensión, pero al mismo tiempo se aleja sexualmente de ella, debido a su problema de salud. Ignorante del secreto de su marido, Silvia supone que sus peores temores han sido confirmados. Mucho después, cuando se le confirma a Andy que no tiene cáncer, él revela su secreto.

Este argumento lateral, cuidadosamente elaborado, en unos pocos minutos describe la distancia que se crea en las relaciones íntimas cuando se callan las cosas importantes, las dudas y los miedos que las personas experimentan cuando se considera la posibilidad de contarlas, la vergüenza asociada a algunos secretos en particular, y de qué manera puede influir el enterarse de un secreto sobre el contenido de otro. Al mismo tiempo nos muestra el efecto letal de los secretos sobre una pareja de recién casados. Estos secretos en particular y las motivaciones que tuvieron Sylvia y Andy para guardarlos están imbuidos de las dimensiones de lo sexual. El secreto de Sylvia es un secreto de violación y, como las mujeres de todos los tiempos, teme que su esposo la tenga en menor estima o que la culpe por ello. El secreto de Andy está asociado con la sexualidad masculina: ¿será menos hombre si tiene problemas de próstata? Reacciona del modo como los hombres han sido socialmente condicionados durante siglos, con la negación de sus propios miedos y la "protección" de su esposa por medio del silencio y el apartamiento físico.

Cuando piensa en los secretos relacionados con el maltrato físico, el acoso sexual, el abuso sexual, la guerra, la infertilidad, las nuevas técnicas reproductivas, la paternidad, el aborto, considere las consecuencias que las creencias y modelos de género dentro de la cultura en su conjunto tienen sobre esos secretos.

- ¿Cuál ha sido su experiencia como mujer u hombre con los secretos que surgen a partir de las diferencias de género?
- Si usted es miembro de una pareja, sea heterosexual u homosexual, ¿cómo han influido en la sinceridad o en la ocultación de los secretos de su vida íntima las posiciones de hombres y mujeres dictadas por la cultura en su conjunto?

Secretos de trama compleja

Si bien la raza, el grupo étnico, la religión, la clase social y el género pueden, en forma separada, modelar el contexto de cualquier secreto, a menudo dos o más de estas dimensiones se entrelazan. Por ejemplo, cuestiones religiosas y sexuales apuntalan el secreto sobre el abuso sexual que un sacerdote cometió con un monaguillo. En otras circunstancias, el grupo étnico, la religión y el género podrían tener, en conjunto, incumbencia sobre un secreto relacionado con la homosexualidad.

"¿Cuándo viene tu madre?": la historia de Margaret

En la vida de Margaret Castle, la raza y el racismo, las creencias acerca de la crianza de los hijos, derivadas de las "normas" de su grupo étnico, la hipocresía religiosa, el elitismo de la clase social y las elecciones restringidas por el género se combinaron para engendrar un secreto que la asedió durante 46 años de su vida.

"Un domingo, cuando tenía 16 años", relató, "mi madre me mandó a la casa de enfrente a llevarle algunas flores de nuestro jardín a la señora Ellis. Esta señora me agradeció y con total falta de tacto me dijo: 'No veo a tu madre desde hace mucho tiempo. ¿Cuándo vendrá?' '¿Mi madre? Mi madre está enfrente; usted la ve todos los días'. Pareció asustada. Luego de un largo silencio me preguntó: '¿Nunca te dijeron que Lucy es tu mamá?' "

Con esta conversación, breve y estremecedora como un terremoto, la vida de Margaret Castle quedó, al mismo tiempo, confundida y clarificada. Criada en Barbados, en una familia negra de la clase media, Margaret era la menor de dos hijos. "De niña, siempre tuve la sensación de que algo no estaba bien. Siempre me decían que preguntaba mucho y que era demasiado franca. Lucy era una mujer de piel muy clara que visitaba nuestro hogar a menudo cuando yo era pequeña. Me daba órdenes a mí, pero no a mi hermana mayor. Nunca entendí por qué mi madre le permitía hacerse la mandona conmigo. Acostumbraba a cambiarme el peinado, bajar mis trenzas, ponerme un gran moño en el cabello y anunciar: 'Esto es más de clase alta'. Algo que yo odiaba; pero no podía hacer otra cosa que soportarlo."

Cuando Margaret descubrió el secreto de su adopción, encaró a sus padres adoptivos, que lo negaron con enojo y rechazaron cualquier tipo de discusión. "En Barbados, los chicos eran educados al estilo británico, para ser vistos pero no oídos. Eran como gatos: los levantabas y los dejabas donde querías. No se les debía ninguna explicación y ellos no tenían derecho de preguntar o sentir", agregó Margaret. "Hasta el presente, lo peor es que nadie me ha pedido disculpas."

Desentrañar, comprender y en última instancia perdonar lo que asomaba detrás de este secreto le llevaría a Margaret largos años. "Por mucho tiempo no hablé con nadie sobre esto. Me carcomía el enojo. El objetivo de mi vida era crecer e irme tan pronto como pudiera." Haber descubierto el secreto en los primeros años de su adolescencia, en un contexto en el que nadie le hablaba sobre esto, pareció malograr su vida de joven adulta. A los 18 años dejó Barbados para ir a Nueva York y no regresó por dos décadas. Si bien hoy en día es una exitosa mujer de negocios, pasó varios años dando tropiezos. "Viví enojada.

No tuve fe en que pudiera asistir a la universidad. Perdí muchos años en una relación con un hombre mayor, que no quería compromisos", se lamentó Margaret.

Cuando conocí a Margaret, me llamó la atención que todos los comentarios que hacía sobre las personas que conocía eran precedidos por descripciones sobre el color de la piel, la religión y la clase social. Se hizo evidente que estas eran las dimensiones que regían los secretos que habían afectado tan profundamente su vida.

El padre de Lucy, Michael Rose, era un habitante blanco de Barbados, cuyo abuelo era dueño de esclavos. La madre de Lucy, Ruth, era negra y descendía de esclavos. Michael Rose, un respetado terrateniente y diácono en su iglesia, fue padre de muchos hijos extramatrimoniales, con diferentes mujeres. Margaret dijo: "Los secretos continúan hasta hoy. Sólo el año pasado descubrí que una señora mayor, de 72 años, que yo pensaba que era una mucama en la casa de Rose, era una de las hijas de Michael Rose. En otras palabras, ¡es mi tía!".

Lucy era la hija favorita de Michael Rose. "Fue educada para considerarse blanca. Cuando a los veintitantos años quedó embarazada de mí, y Michael Rose descubrió que mi padre era un hombre negro de clase trabajadora, la presionó para que me entregara", relató Margaret. "Nací prematura y me enteré de que cuando Micharel Rose oyó hablar de mi nacimiento, su primera pregunta fue : '¿Vivirá?' Pienso que esperaba que muriera y que así todo el asunto quedaría arreglado."

Por temor a la ira de su padre y en busca de su aprobación, Lucy entregó a Margaret a unos primos distantes, los Castle. Muchos años más tarde le dijo a Margaret que ella suponía que el arreglo era informal. "Pero los Castle consiguieron un nuevo certificado de nacimiento y me adoptaron legalmente", agregó Margaret. "Hasta la fecha no sé a quién o qué creer. Nunca pude conseguir información directa sobre quién era mi padre. Me llevó muchos años encontrar el coraje para preguntar sobre él. Lucy me dice que está muerto. Quizá sea cierto, quizá no. Hace apenas un año me preguntó: '¿Sabes que tienes un hermanastro que es médico?' Por supuesto que no lo sabía. Lo importante para Lucy era que fuera médico, no que fuera mi hermano. Siento que me he pasado toda la vida descubriendo un secreto tras otro."

Cuando Margaret y yo consideramos los diversos modos como los secretos rigieron su vida y la vida de los miembros de su familia, comenzamos a relacionar estos secretos con el complejo contexto social en el que se había formado. Barbados, una colonia británica al momento de su nacimiento, era una sociedad saturada de dolorosos contrastes en relación con la raza y la clase social. Estas disparidades repercutieron en la vida de Michael Rose. Un hombre blanco de alta posición, que se casó con una mujer negra, Ruth, y no sintió remordimiento por sus numerosas aventuras extramatrimoniales, incluyendo una con la hermana de Ruth. Estos tipos de uniones no eran privativas de Michael Rose, y configuraban un tipo de secreto por todos conocido, en ese medio cultural. Sin embargo, en tanto que la conducta referida a estos aspectos de un hombre blanco, de alta posición, era tolerada, la conducta similar de su hija no lo fue. Una doble moral con respecto a la sexualidad femenina, combinada con la raza y clase social del amante de Lucy, condujeron al secreto sobre los orígenes de Margaret.

Una extraña combinación de arrogancia y vergüenza confluían en este secreto. En cualquier sociedad, comunidad o familia donde prosperan las creencias en la superioridad de algunas personas sobre las otras, se presta poca atención al hecho de guardar secretos que afectan directamente a una persona considerada "de menor valor". Crear y guardar el secreto mantiene el orden social y amplía el poder de quien lo guarda. La vergüenza es quirúrgicamente extirpada de esta persona e implantada en la persona a quien le es ocultada su historia de vida. En todas sus interacciones con Margaret, cuando era una niña pequeña, Lucy le hacía sentir que había algo que estaba mal en ella: su piel era demasiado oscura, su cabello demasiado enrulado, sus modales, transgresores.

Las motivaciones de los Castle para guardar el secreto eran complicadas. Ansiaban realmente un segundo niño. Con el objeto de conseguir a Margaret, prometieron no decir nada sobre su origen. También quisieron protegerla de que se sintiera estigmatizada. En la Barbados de 1940, como en la mayoría de los lugares en esa época, no se consideraba que los niños tuvieran el derecho ni de formular preguntas ni de recibir información. Ya adulta, Margaret le preguntó a su hermana mayor qué le habían dicho, a lo que esta respondió: "Simplemente vinie-

ron a casa un día contigo. Yo tenía 13 años. Nadie me dijo nada y yo nunca pregunté".

El modo violento en que descubrió el secreto y la falta de franqueza que encontró al tratar de hacer el seguimiento de la verdad hicieron que se sintiera desolada durante muchos años. No obstante, armó su vida con un coraje y una integridad asombrosas. "Tomé la decisión de ser una persona abierta y frontal, a pesar de todo", manifestó Margaret. "Eso me ha valido la compañía de mucha gente buena en mi vida. En cuanto huelo hipocresía, salgo corriendo".

Más de 20 años después de dejar Barbados, Margaret decidió que necesitaba reencontrarse tanto con su madre biológica como con su familia adoptiva. Al presente, es muy generosa con ellos. Cuando comenté acerca de su generosidad, me dijo: "En realidad, me da tranquilidad de conciencia. Está de acuerdo con mis creencias espirituales". A continuación sonrió y agregó irónicamente: "Quizá también me dé cierto placer saber que yo tengo el control".

Viejos secretos en tiempos nuevos

En una conversación reciente con mi madre, hablábamos sobre una prima de ella que murió a los 20 años de complicaciones relacionadas con una anorexia no diagnosticada. Hemos hablado sobre esta prima muchas veces a lo largo de la vida. Esta vez, mi madre dijo: "¿Sabes?, pienso que estuvo relacionado con el divorcio de sus padres". "¿Divorcio?", inquirí asombrada. "¿Qué divorcio? Nunca me contaste sobre ningún divorcio." "Bueno", respondió mi madre despaciosamente, "la gente no acostumbraba a hablar sobre esas cosas, y pienso que simplemente me olvidé del asunto."

Es mucho menos probable que al presente guardemos secreto sobre ciertos temas que una o dos generaciones atrás han guardado celosamente, como el cáncer, la enfermedad mental, el alcoholismo, la adopción, los nacimientos extramatrimoniales o el divorcio. Cuando era pequeña, mi tío Nathan tenía epilepsia, que por entonces la comunidad consideraba una enfermedad mental. Vivió la mayor parte de su vida dentro del hogar de sus padres. Lo amaban, lo protegían y lo cuidaban,

pero su dormitorio estaba en la parte trasera de la casa, una metáfora de la vida secreta que llevaba. Cuando usted piensa sobre los secretos de su infancia y lo compara con los que se crean actualmente, notará inmediatamente cambios profundos en aquello que la cultura considera vergonzoso y estigmatizante. Estos cambios han tenido lugar tanto en el contenido de los secretos, como en nuestras creencias sobre lo que puede hablarse francamente y lo que debe mantenerse en secreto.

La experiencia de Watergate cuestionó la idea de toda una generación acerca de lo que se debe guardar en secreto. El proyecto de ley sobre libertad de información, presentado en respuesta directa al episodio de Watergate, expuso ante la nación el concepto de "derecho a la información" y originó serios interrogantes sobre los modos como el secreto puede fomentar el poder ilegítimo. En forma simultánea, los movimientos sociales de los últimos 25 años, en particular el movimiento feminista, el de los derechos civiles, el de los derechos de los pacientes, el de los derechos de los homosexuales y el de los grupos de autoayuda para el tratamiento de las adicciones han puesto al descubierto muchos aspectos previamente escondidos de la vida norteamericana.

La facilidad con que nuestra cultura puede ahora cuestionar tabúes no significa, sin embargo, que los secretos nocivos y peligrosos hayan desaparecido. Para muchas familias, los secretos que fueron creados en el pasado hoy generan dilemas cada vez más complejos, en un contexto que parece demandar el sinceramiento a cualquier precio. A menudo hablo con personas que se sienten confundidas y experimentan enormes conflictos de lealtad, acerca de qué hacer con estos antiguos rincones escondidos. Es probable que los miembros de las generaciones más jóvenes tengan poca o ninguna percepción de las presiones a las que estaba sometida la franqueza hasta hace muy poco, lo que conduce algunas veces a airadas confrontaciones cuando antiguos secretos salen finalmente a la luz.

Algunos secretos fueron creados bajo "normas" de más antigua data, y ahora estas normas han cambiado. Muchas generaciones de adoptados adultos, por ejemplo, lo fueron bajo un sistema que mantuvo el secreto con relación a los padres biológicos. Se les prometía anonimato a las madres que entregaban sus niños, en un tiempo en que tanto los nacimientos extra-

matrimoniales como la infertilidad de los padres adoptivos eran fuertemente estigmatizados. Ahora vivimos en una cultura que valora la adopción plena, incluyendo la posibilidad de contacto posterior entre los padres biológicos y el niño. ¿Qué ocurre con todas las personas que nacen, dan a luz o adoptan niños en medio del cambio? ¿Qué brújula les indica lo que se debe ocultar y lo que se debe revelar?

Aun cuando algunos temas que antes eran tabú ahora son tratados abiertamente en la sociedad, los individuos pueden permanecer atrapados por el secreto. Muchos homosexuales y lesbianas todavía se sienten obligados a ocultar su identidad sexual ante sus familias. Cuando el "no pregunte, no diga" se impuso como política nacional sobre los homosexuales en las fuerzas armadas, otra puerta, entreabierta, fue cerrada con fuerza. Simultáneamente con los dramas sobre el maltrato doméstico que aparecen en el horario central de la TV, conviven los numerosos casos de mujeres golpeadas por sus parejas, que continúan ocultando la situación, forzadas por la humillación y la falta de apoyo social. Políticos de derechas, que cínicamente sostienen los "valores de la familia", apelan a la resurrección de la vergüenza y el secreto como antídoto contra las madres adolescentes empobrecidas.

Y pese a que nos felicitamos a nosotros mismos por nuestra aparente apertura, nuevos secretos, inimaginables para la generación pasada, se crean cada día. Considere los dolorosos problemas sin resolver con respeto al HIV/SIDA y la panoplia de preguntas que rodea a las nuevas tecnologías de la reproducción. Todavía nos debatimos acerca de a quién decirlo, quién tiene el derecho de saberlo, y a qué precio tales secretos se guardan o se revelan.

Notas

1. L. Gruson, "Black Politicians Discover AIDS Issue", *The New York Times*, 9 de marzo de 1992, p. 7.

2. Véase L. W. Black, "AIDS, Secrets and African-American and African Caribbean Families", *HCSSW Update*, primavera de 1994, para un análisis de esta relación crítica.

3. N. Boyd-Franklin, "Racism, Secret-Keeping, and African American

Families", en E. Imber-Black (comp.), *Secrets in Families and Familly Therapy*. Nueva York, W.W. Norton and Company, 1993. Este capítulo es una fuente excelente con respecto a los secretos en las familias afronorteamericanas, en tanto aquellos son modelados y mantenidos por el racismo. Contiene varios ejemplos de terapia familiar eficaz para encarar tales secretos.

4. E. Barkley-Brown, "African-American Women's Quilting: A Framework for Conceptualizing and Teaching African-American Women's History", *Signs: Journal of Women in Culture and Society* 14, 1989, pp. 921-29.

5. N. Boyd-Franklin, *Black Families in Therapy: A Multi-systems Approach*. Nueva York, Guilford Press, 1989.

6. Véase la conmovedora pieza biográfica de Shirlee Taylor Haizlip, *The Sweeter the Juice: A Family Memoir in Black and White*. Nueva York, Simon and Schuster, 1994, para obtener un ejemplo contundente de los efectos de los secretos generados por el color de la piel.

7. P. Shenon, "Bitter Aborigines Sue for Stolen Childhoods", *The New York Times*, 20 de julio de 1995, p. A4.

8. D. M. Gitlitz, *Secrecy and Deceit: The Religion of the Crypto-Jews*. Filadelfia, Jewish Publication Society, 1996.

9. R. Bragg, "Defending Smith, Stepfather Says He Also Bears Blame", *The New York Times*, 28 de julio de 1995, p. A10.

10. P. Druckerman, "Domestic Violence Gets More Attention Since Simpson Case", *Sentinel Magazine*, 4 de agosto de 1994, pp. 11, 14.

11. Véase H. G. Lerner, *The Dance of Deception*, para un análisis sobre las mujeres que fingen el orgasmo. Lerner detecta que una generación atrás, los textos ginecológicos recomendaban a los médicos estimular a las mujeres para realizar esta secreta simulación con el objeto de "complacer" a sus esposos.

12. Véase T. M. Phelps y H. Winternitz, *Capitol Games*. Nueva York, Hyperion, 1992, para un análisis exhaustivo de lo que le ocurrió a Anita Hill cuando trató de revelar este secreto y qué efecto tuvo este episodio sobre el secreto del acoso sexual en el lugar de trabajo.

13. P. Orenstein, "Looking for a Donor to Call Dad", *The New York Times Magazine*, 18 de junio de 1995, pp. 28-35, 42, 50, 58.

14. Véase N. King, *Speaking Our Truth*. Nueva York, Harper Perennial, 1995, para obtener una hermosa y conmovedora colección de relatos efectuados por hombres que, de niños, fueron objeto de abuso sexual.

4
"Sabemos lo que te conviene saber": secretos y arrogancia institucional

> A las personas que vinieron no se les dijo lo que se estaba haciendo. Les informamos que les practicaríamos una prueba. No se les dijo... sobre qué se los trataría, ni sobre qué no se los trataría... No les dijimos que lo que estábamos buscando era sífilis. *Pienso que no hubieran sabido qué era esto.* (La bastardilla es nuestra).
>
> Doctor J. W. WILLIAMS, refiriéndose al Estudio de Tuskegee sobre sífilis no tratada en la población negra masculina

Desde 1932 a 1972, cerca de 400 hombres afronorteamericanos, pobres, en su mayoría analfabetos, fueron asignados a un proyecto de investigación que guardó en secreto el propósito del mismo ante los sujetos. Sin saberlo, cada uno tenía diagnóstico de sífilis. Se estudiaría todo el desarrollo del inevitable proceso de deterioro producido por la enfermedad. El Servicio de Salud Pública Norteamericano sedujo a los hombres ofreciéndoles tratamiento médico gratuito, viajes de ida y vuelta a la clínica, comidas calientes y la macabra promesa de cobertura del funeral. Uno de los sujetos del experimento recordó el engaño original de 1932: "Me dijeron que tenía sangre mala. Y eso es lo que me estuvieron diciendo siempre. Charlie, tienes sangre mala... Nunca mencionaron la sífilis. Ni una sola vez".[1] Otro hombre dijo: "No sé para qué nos usaron. Nunca entendí el estudio".[2]

Sin tener en cuenta la salud y bienestar de los hombres, el proyecto también les ocultó todo tratamiento conocido. Se les advirtió que no realizaran ningún tratamiento en otro lugar, pues de lo contrario serían separados del estudio y perderían todos los beneficios prometidos. La cínica e inútil curiosidad por descubrir los efectos de la sífilis cuando no es tratada sobre un grupo de hombres negros pobres continuó implacablemente, aun cuando en la década de1940 se descubrió la penicilina, una cura definitiva para la enfermedad. Muchos de los hombres murieron. Los que sobrevivieron, en su mayoría quedaron ciegos o dementes.

El secreto, la negación, la mentira y el engaño se extendieron también a otros niveles, más allá de las acciones manipuladoras que se ejercieron sobre estos hombres. Cuando se hablaba o escribía sobre el estudio para los funcionarios blancos de salud pública, se lo describía como una investigación sobre los efectos de la sífilis no tratada sobre la población masculina negra. Cuando, sin embargo, estos mismos funcionarios se referían al estudio al comunicarse con los líderes negros del Instituto Tuskegee, donde el mismo se estaba llevando a cabo, se lo denominaba estudio de los efectos de la sífilis sobre la "economía humana". De esta manera, en las conversaciones birraciales sobre el experimento, la raza desaparecía. Dado que era obvio que los líderes en el Instituto Tuskegee sabían que todos los sujetos eran afronorteamericanos, este artilugio lingüístico facilitó no solamente el engaño sino también el autoengaño y la complicidad. Las diferencias sociales entre los funcionarios del Tuskegee y los empobrecidos sujetos de la investigación tuvieron más importancia al momento de decidir preservar este horrible secreto que la identidad racial.

A mediados de los años 1960, algunos profesionales de la medicina que no participaron en el estudio trataron de cuestionar la legitimidad y la ética del experimento. Como sucede en los intentos iniciales de revelación de secretos institucionales, estas averiguaciones en el Servicio de Salud Pública Norteamericano tuvieron como respuesta el silencio, insalvables obstáculos y cartas sin respuesta. Preservar el secreto, sin importar las consecuencias, se constituyó en un fin en sí mismo.

Cuando el periodismo finalmente reveló el secreto del estudio de Tuskegee en 1972, quienes estaban conectados con él en

el Servicio de Salud Pública Norteamericano se aplicaron con presteza a justificar lo que se había hecho. En ese momento no se materializó ni un pedido de disculpas, ni la admisión de errores, ni algo que se pareciera a una reflexión ética.[3] Finalmente, en 1997, un cuarto de siglo después de que el público se enterara de este terrible secreto, el presidente Clinton emitió una disculpa formal ante los pocos hombres aún con vida que habían participado del estudio y ante los descendientes de los que habían muerto.

El experimento de Tuskegee es un modelo útil para comprender todos los secretos institucionales. Apuntalados por la arrogante creencia de *"sabemos lo que te conviene saber"*, tales secretos impregnan los gobiernos, las corporaciones, la policía, las fuerzas armadas, los sistemas de salud y de salud mental, los organismos de adopción y bienestar de la infancia y la religión organizada. Existe una legión de ejemplos: la irrupción en las oficinas del partido demócrata en el edificio Watergate y toda la mentira y el ocultamiento subsiguientes, irónicamente grabados en cintas de audio en la oficina oval de Nixon en la Casa Blanca; la búsqueda de un suero de la verdad por parte del Organismo Central de Inteligencia (CIA), que comenzara con experimentos secretos con marihuana, cocaína, heroína y anfetaminas y que culminara con pruebas con LSD sobre sujetos inadvertidos en todo el país;[4] la contaminación de trabajadores en la industria del amianto, una industria que fue capaz de negar cínicamente los efectos carcinógenos del amianto, dado que el cáncer que producía aparecía décadas después de la exposición al material; la negación por parte del Pentágono de que los soldados fueron expuestos a gas venenoso durante la Guerra del Golfo; el abuso de niños por parte de religiosos, y el abuso de pacientes en hospitales estatales para enfermos mentales y débiles mentales. Facilitados por las diferencias de poder que permiten la creación y conservación de secretos, estos condujeron rápidamente a un ostensible abuso de poder. Como vimos en el experimento de Tuskegee, los que gestan y guardan los secretos institucionales adoptan una posición de superioridad con respecto a cualquiera que consideren que pertenece a un estrato social más bajo: los pobres, los enfermos, los mayores, las minorías, los niños. Esta jerarquía se utiliza para justificar el

ocultamiento deliberado de información, aun cuando la misma sea indispensable para tomar decisiones vitales bien fundamentadas o para suministrar seguridad.

Algunas instituciones no sólo están colmadas de prácticas secretas, sino que también presionan a sus clientes para que guarden silencio. La autoridad conferida a los "expertos" a menudo influye en las decisiones que las familias toman acerca de los secretos. La adopción y las nuevas tecnologías de reproducción son dos instancias donde las creencias y las actitudes de los profesionales han moldeado las decisiones sobre lo que debe mantenerse en secreto y lo que puede hablarse con franqueza, para millones de familias. Como veremos, en ambos casos los secretos que comenzaron como medio de protección de los niños también tenían la capacidad de encubrir prácticas nefastas y corruptas.

Adopción: de los secretos benignos a los malignos

Cuando comencé a ejercer como terapeuta familiar, se consideraba una verdad fuera de discusión que los secretos eran necesarios en cualquier adopción. Si bien es cierto que usualmente se les aconsejaba a los padres adoptivos que le dijeran al niño que era adoptado, a menudo poniendo énfasis sobre el hecho de haber sido "elegido" por ser alguien especial, un mensaje más audible acompañaba a este consejo: los profesionales de la adopción presionaban a los padres para que asumieran que el hijo adoptado *no era diferente* del hijo biológico.[5] Los organismos de adopción realizaban grandes esfuerzos para hacer coincidir las características físicas de los padres adoptantes y del niño adoptado. Se tenía en cuenta la semejanza del color del cabello, del color de los ojos y del tono de la piel para minimizar y negar el hecho, por otra parte irreductible, de la adopción. Los padres biológicos y los adoptivos nunca se encontraban, ni siquiera mantenían correspondencia. Los organismos de adopción y los juzgados manifestaban a las partes involucradas que los archivos eran confidenciales. La adopción de un bebé comenzaba con un secreto y se esperaba que permaneciera en secreto. Se aprobaron leyes que impedían a los organismos de adopción dar a conocer a las familias adoptantes otra informa-

ción que no fuera la más sumaria (tales como la estatura o el nivel de educación de la madre biológica). Esta, por su parte, recibía aun menos información sobre las personas que criarían a su hijo. Simplemente se esperaba que se hiciera cargo del secreto y desapareciera. Sin contar con investigaciones que apoyaran su posición, los expertos insistían en que las mujeres no debían dar sus bebés en adopción a menos que fuera en un marco de secreto.[6] Aunque el aspecto relativo al secreto en la ley de adopción está hoy en día en un estado de transición, la mayoría de los estados norteamericanos y Canadá mantienen todavía archivos de adopción confidenciales.

Este secreto, probablemente, comenzó con intenciones benignas: parecía aislar a los niños del estigma de "ilegitimidad", ofrecer confidencialidad a las madres biológicas, proteger a los padres adoptivos de sufrir la vergüenza de la infertilidad y asegurar que no hubiera intrusiones futuras ni sobre los padres biológicos ni sobre los adoptivos. Pero como resultado se presentaron muchas consecuencias no deseadas. Empezando por la creación de una nueva partida de nacimiento, donde los nombres de los padres adoptivos reemplazan a los de los padres biológicos, los niños adoptados y sus familias son forzados a entrar en una conspiración de silencio y de negación de la diferencia. Es así como cualquier característica en un niño adoptado que lo diferencie de la familia adoptiva debe ser negada, incluyendo las diferencias de personalidad, los rasgos físicos y el temperamento.

Paradójicamente, la misma negación de la diferencia que tiene la intención de que padres e hijos se sientan cercanos y unidos a menudo da como resultado un niño que no se siente aceptado, o un adolescente que presenta, cada vez más, las características que los padres, precisamente, no quieren ver. Lo que en los círculos que se ocupan de temas de adopción es denominado "problemas de identidad", o la imagen del yo caótica o confusa de un adolescente adoptado, proviene directamente de la falta de información acerca de la personalidad y la historia del niño, y de la discontinuidad de sus vínculos con sus orígenes biológicos. He trabajado con familias formadas por adopción, donde cualquier cosa que expresara el niño que no se adecuara al hecho de ser miembro de la familia que lo adoptara era o minimizado o desmentido, o, lo que es más dramático, erradicado por medio del castigo. Cuando estas estrategias no

son eficaces, especialmente en la adolescencia, las familias, a veces, toman la posición opuesta, maximizan la diferencia y adjudican toda la culpa de la conducta a la adopción. Ambas conductas esconden las complejidades relativas a aquella.

La conspiración de silencio también se extiende a las emociones profundas que genera cada adopción, especialmente, al proceso natural del duelo. La adopción implica ganancias y pérdidas. Cuando sólo se puede expresar la ficción de un "niño elegido", entonces, la pérdida de su niño para la madre biológica, la pérdida para el niño de sus padres biológicos y la pérdida de la capacidad de engendrar por parte de los padres adoptivos quedan cubiertas por un manto de ocultación.

El escenario de la adopción al presente, en los Estados Unidos, es muy diferente del de una década o dos atrás. Se han combinado muchas fuerzas para desafiar a gran cantidad de nuestras antiguas ideas sobre la necesidad de crear y guardar secretos de adopción: el floreciente campo de la genética, que conduce al derecho a saber sobre nuestra herencia biológica; la disminución de los estigmas gemelos sobre los nacimientos extramatrimoniales y la infertilidad; la falta de niños blancos disponibles, con el resultado de un aumento de la adopción internacional e interracial, donde la diferencia no puede ser negada; y un conocimiento sofisticado, siempre en aumento, de la dinámica de la familia adoptiva.[7]

Los movimientos sociales de adultos adoptados y de madres biológicas que buscan reconectarse con sus hijos; la adopción abierta en la que los padres biológicos y los adoptivos pueden encontrarse, comunicarse, y no tienen necesidad de hacer ningún archivo confidencial; las leyes del estado que han cambiado para facilitar los encuentros; todo esto habla de una nueva apertura. No obstante, hay todavía miles de personas que fueron adoptadas bajo las normas y las premisas anteriores. El secreto continúa asechando sus vidas y presentando enormes dilemas.

Quitar las capas de un secreto de adopción

Conocí a Shari Dardan cuando tenía 24 años. A pesar de ser una alumna brillante, había abandonado tres universidades y no parecía poder mantener un trabajo. Justo antes de venir a

verme, Shari se había mudado de nuevo a su hogar paterno, porque no podía pagar el alquiler de su departamento de estudiante. "Parece que no puedo encarrilarme", dijo Shari. "Mis padres dicen que soy de maduración tardía, pero a nadie más en mi familia le ha ocurrido eso." Cuando le pregunté a Shari qué pensaba de su situación, agregó: "Todos sabemos que es porque soy adoptada, pero nunca nadie lo dirá".

Al interrogar a Shari sobre las circunstancias de su adopción, respondió como muchos adoptados. Sabía que había nacido en Nueva Jersey y que sus padres la habían adoptado en Pensilvania. Tenía una información muy superficial sobre su madre biológica y ningún conocimiento sobre el motivo por el que sus padres la adoptaron cinco años después del nacimiento de su hermano mayor, Howard, muy exitoso al presente. "Crecí oyendo que mi adopción no hacía ninguna diferencia, que Howie y yo éramos iguales", comentó Shari. "Cada vez que traté de descubrir algo más, mis padres parecían heridos y cambiaban de tema." En suma, Shari no tenía historia sobre sus orígenes, ni contexto alguno para dar cuenta de su enorme sensación de pérdida y diferencia. Su actual vida de fracaso parecía ser un doloroso modo de decirle a su familia que ella no era totalmente una Dardan.

Mi trabajo con Shari comprendió numerosas capas, comenzando con sesiones que incluyeron a sus padres y a su hermano mayor, y extendiéndose luego al organismo de adopción, a los juzgados y a un grupo para adultos adoptados que buscaban a sus padres biológicos. Al principio, los señores Dardan se resistieron a mi invitación de sumarse a la terapia, insistiendo en que no querían inmiscuirse en la privacidad de Shari. Cuando esta les explicó lo importante que era su presencia, accedieron.

En nuestra primera reunión de familia, la madre de Shari dijo: "Yo sabía que usted y Shari tenían que haber hablado sobre su adopción. Hace 24 años, cuando trajimos a Shari a casa, nuestro organismo de adopción nos indicó, simplemente, que le dijéramos que la habíamos elegido especialmente y que la hiciéramos sentir segura de que era una de nosotros. Nunca supe qué otra cosa decirle". Detrás de esta novela del "niño elegido" se guardaban los secretos de tres embarazos perdidos, una histerectomía de urgencia y la oposición de la familia extensa

frente a la decisión de los Dardan de adoptar un bebé. Ni Shari ni Howie habían oído nunca nada acerca de la odisea de sus padres. "Estábamos tan felices cuando conseguimos a Shari que quisimos dejar todo en el pasado", agregó el señor Dardan. "Y, de todos modos, nuestro asistente social nos dijo que contarle a Shari sobre nuestros problemas probablemente la haría sentirse mal, como si ella fuera una elección de segunda." La decisión de los Dardan de clausurar las historias que llevaron a la adopción de Shari la habían hecho crecer en una atmósfera donde la razón misma por la que había ingresado en esa familia era un misterio.

Durante la primera parte de nuestro trabajo, Shari oyó por primera vez en su vida cómo entró en la familia. A medida que sus padres volvían a recorrer los años anteriores a su nacimiento y adopción, ella fue testigo tanto de su dolor como de su coraje. Hablamos largamente sobre el consejo que habían recibido de los expertos acerca de minimizar cualquier alusión a la diferencia. "Yo sabía que, en ciertas cosas, era diferente", manifestó Shari en nuestra cuarta reunión familiar. "Cuanto más lo ignoraban o pretendían que no fuera así, peor me sentía, y más decidida estaba a mostrar, justamente, lo diferente que era."

Revelar la mitad de la historia sobre la adopción de Shari que concernía a los Dardan fue tarea fácil. A medida que Shari comenzó a sentirse aceptada por lo que ella era y que las similitudes y diferencias con su familia adoptiva pudieron ser reconocidas abiertamente, regresó a la universidad. Volvió a verme, dos años después de su graduación, lista para trabajar sobre la tarea más dura: la búsqueda de su madre biológica.

Primeramente, preparé a Shari para que revelara ese deseo a sus padres. Al principio, ellos no estaban dispuestos a prestar su apoyo. Aludieron a lo que se les había dicho en el organismo de adopción, años antes: que las madres biológicas no querían que su vida fuera conmocionada. Nos reunimos y hablamos sobre algunas de las informaciones surgidas recientemente, que mostraban que muchas madres biológicas quieren, realmente, encontrar a sus hijos. Al mismo tiempo, tracé distinciones sobre lo secreto y lo privado, explicando que lo que había sido formulado por el organismo de adopción como la "privacidad" de la madre biológica de Shari, había, en realidad, creado un profundo secreto en la vida de la niña. Tomé la posición de que ella te-

nía derecho a saber *quiénes* eran sus padres biológicos, pero que el conocimiento de sus orígenes no se extendía necesariamente al derecho de mantener una relación con ellos. Shari y los miembros de su familia biológica tendrían que elaborarlo juntos. Por su parte, Shari aseguró a sus padres adoptivos que la búsqueda no disminuía el amor que tenía por ellos.

La búsqueda de Shari resultó difícil y frustrante en numerosas ocasiones. Como muchos otros adultos adoptados, Shari se topó con las prácticas obstruccionistas del organismo de adopción. Ellos insistieron en que no podían darle información, aun cuando las leyes del estado habían cambiado, permitiéndoles ahora suministrar alguna información. Dos asistentes sociales manifestaron a Shari que su afán indicaba que necesitaba terapia. Enojada con lo que sentía como condescendencia por parte de estos asistentes sociales, Shari me confesó: "Me ha gustado estar en terapia con usted, pero lo que necesito es encontrar a mi madre biológica". Ante la insistencia de Shari, el organismo finalmente cedió, pero puso como condición que uno de sus asistentes tendría que hacer de intermediario. Entonces Shari abandonó el intento de trabajar con el organismo. "Necesito hacer esto. La gente del organismo actúa como si yo fuera todavía una niña que debe ser cuidada. Soy una adulta totalmente capaz de manejar cualquier información que descubra, totalmente hábil para actuar con responsabilidad", me manifestó Shari. Llena de confianza y resolución, era ahora una mujer muy diferente de la persona dubitativa y temerosa que yo había conocido dos años y medio antes. Shari se incorporó a un grupo de adultos adoptados que buscan a sus padres biológicos. En esta encrucijada, decidimos conjuntamente concluir la terapia. Como muchos adultos adoptados, Shari encontró fuerza y apoyo en un movimiento social que afirmó su derecho a conocer sus orígenes. Una institución de otro tipo, con muchos menos manejos burocráticos interesados, sería ahora su aliada en la búsqueda de apertura.

La historia de Shari es típica en el mundo de la adopción saludable de niños. De hecho, representa un resultado relativamente benigno del sistema anterior. Los Dardan eran una familia que profesaba amor, llena de buena voluntad, que se atuvo al saber predominante, transmitido por los profesionales de la adopción. Y finalmente pudieron apoyar a su hija en

la búsqueda que esta emprendió. Pero el secreto que impregna el sistema de adopción puede conducir a escenarios más oscuros: a la explotación y aun a la tragedia.

La última década ha sido testigo de muchas adopciones a las que se ha llamado de "necesidades especiales", un eufemismo para niños que son "difíciles de situar". Actualmente, la cuarta parte de las adopciones domésticas de un niño sin familia involucra a niños mayores, a menudo con importantes problemas físicos y emocionales. Muchos de estos niños son hijos de padres drogadictos y han pasado los primeros años de su vida en numerosos hogares sustitutos y reformatorios. Muy a menudo, no se les cuenta a los padres que desean adoptar a estos niños, su verdadera historia.[8] La existencia y los efectos de la drogadicción de los padres, el abandono, el rechazo repetido, las múltiples ubicaciones en los hogares sustitutos, las enfermedades crónicas y los años de abuso físico y sexual pueden ser guardados en secreto o minimizados. Los padres adoptivos quedan librados a sus recursos para descubrir el impacto que esto ha tenido, cuando tratan de brindar amor a un niño cuya primera respuesta es la furia, el repliegue en sí mismo, o ambas cosas a la vez. Este erróneo y manipulador mantenimiento de secretos conduce a litigios y a la interrupción de las adopciones. Las consecuencias son devastadoras, tanto para los bien intencionados padres adoptivos, que se cargan de culpabilidad, como para los niños, que una vez más son consignados al basurero humano que constituyen los hogares sustitutos.

Robo secreto de niños: una táctica de guerra

La conservación del secreto en la adopción tradicional se originó, al menos en parte, en la intención de proteger a los niños. Como con muchas prácticas institucionales, la solución se convirtió en un problema. No se puede invocar tal protección cuando se trata de secretos retorcidos y puestos al servicio de intereses particulares, que van unidos a la adopción clandestina de niños deliberadamente robados a sus padres como táctica del terror político.

En la década de 1970, durante la "guerra sucia" en la Argentina, cientos de niños fueron secuestrados por los militares.

Algunos fueron colocados en orfanatos, otros abandonados, y algunos fueron secretamente adoptados por las mismas personas que asesinaron a sus padres. La policía argentina mantuvo una red de tráfico ilegal de niños, entregando los bebés nacidos de madres en cautiverio a integrantes de las fuerzas armadas que no tenían hijos.[9]

En forma similar, durante la guerra civil en El Salvador, entre los años 1979-1992, los niños eran raptados por los militares salvadoreños y colocados en familias de El Salvador, Francia, Italia y los Estados Unidos. Los niños robados se convirtieron en un botín de guerra. A diferencia de las adopciones argentinas, donde las familias tenían perfecto conocimiento de que estaban adoptando niños robados, las familias norteamericanas no estaban advertidas de que los niños salvadoreños que adoptaban habían sido secuestrados. Sin embargo, desde entonces se ha revelado que la embajada de los Estados Unidos en El Salvador aceptó *a sabiendas* partidas de nacimiento falsas y guardó el secreto ante las familias adoptantes.[10]

La apertura de estos terribles secretos ha sido lenta y difícil. Los gobiernos posteriores a la guerra sucia, en la Argentina y El Salvador, se han resistido a realizar esfuerzos para localizar a estos niños. Durante muchos años, el movimiento político y social en la Argentina, llamado Madres de Plaza de Mayo, que reúne madres de jóvenes asesinados o desaparecidos y cuyos nietos fueron secuestrados por los militares, trabajó en vano para descubrir este secreto. Finalmente, en 1988, surgió la tecnología para apoyar los reclamos por sus nietos robados, cuando se desarrolló un análisis de componentes sanguíneos capaz de identificar el bagaje genético de los niños.

En la Argentina, sólo han sido encontrados 54 niños hasta 1996. Para la mayoría de ellos, el descubrimiento del engaño que corroe su existencia es extremadamente traumático. Estos niños, ahora adolescentes, deben cargar con la certidumbre de que las personas que aman y que consideran como padres pudieron haber participado en el asesinato de las personas que les dieron la vida. Algunos reaccionan rechazando su origen biológico, sin duda la única metáfora disponible para poner a un lado un conocimiento horroroso e inaceptable. Una lealtad tan intensamente dividida y una identidad tan fragmentada tal

vez superen nuestra capacidad humana de reparación. La mayoría de los niños robados han permanecido con las familias que fueron cómplices de su secuestro.

Algunos niños, sin embargo, habían percibido la existencia de profundos secretos en su vida con anterioridad al descubrimiento de la verdad. Una joven mujer salvadoreña, adoptada por norteamericanos, insistía en que tenía otra familia. Cuando fue enviada a terapia para elaborar esta creencia, se le dijo que esto era una "fantasía" que debía superar. Su familia estaba muerta, o al menos esto era lo que los funcionarios salvadoreños habían dicho a sus padres adoptivos. En 1996 se pudo reunir con sus padres y hermanos biológicos, todos perfectamente vivos. Sin duda porque sus padres adoptivos no eran cómplices del secuestro o del secreto que se guardaba acerca de sus padres biológicos y porque propiciaron que se reuniera con su familia biológica, fue posible que mantuviera el vínculo con ambas familias.[11]

El secreto en la adopción es, en primer lugar y fundamentalmente, un secreto acerca de la existencia misma de un ser humano. En tanto que el rapto de niños, el asesinato de los padres biológicos y las familias falsas son la expresión extrema del terror político, forman parte de un continuo con otros secretos oficiales. Subyaciendo cada caso, del mejor al peor, existe la idea presuntuosa de que una persona tiene el derecho de negar a otra sus derechos de nacimiento.[12]

Nuevas técnicas de reproducción: los secretos anteriores al nacimiento

Durante los últimos 40 años, más de un millón de niños vinieron al mundo por medio de técnicas de reproducción asistida. La inseminación por donantes fue introducida después de la Segunda Guerra Mundial, y los últimos 15 años han presenciado la proliferación de nuevos métodos, tales como la fertilización en vitro (IVF) y la transferencia de gametas dentro de las trompas de Falopio (GIFT). Al presente es posible que un niño pueda tener un total de *cinco* "padres": tres madres (genética, gestacional y de crianza) y dos padres (genético y de crianza). Agréguense a esto los centros de tratamiento de la

fertilidad, donde tiene lugar todo el proceso, y el campo para el despliegue de secretos es enorme.

En esta década de 1990, los casi cinco millones de parejas norteamericanas con problemas de fertilidad parecerían tener muchas opciones a su disposición. Sin embargo, sus relaciones con la mayoría de los centros de fertilización comienzan y terminan con secretos. Las parejas, desesperadas por tener un bebé y a menudo dispuestas a pagar decenas de miles de dólares para hacerlo, en una industria multimillonaria no regulada, rara vez reciben información sobre el índice general de éxito de un programa en particular.[13] Comparada con la desmesurada expectativa que estos programas ofrecen a las parejas estériles, su índice de eficacia es desalentadoramente bajo. Y algunos programas les ocultan a algunas parejas el hecho de que su posibilidad de gestar un niño es nula, permitiéndoles, en cambio, gastar su dinero y someterse a un tratamiento tras otro.

En el caso de inseminación por donante, casi todos los programas existentes en los Estados Unidos conservan archivos confidenciales de los donantes de esperma, en los que están registrados números anónimos en lugar de nombres; esto elimina cualquier posibilidad de rastrear los orígenes biológicos, o aun, la vital historia clínica. Además, usualmente se aconseja a las parejas guardar la inseminación por donante en secreto ante el resto de la familia extensa, el pediatra del niño y los maestros, y, especialmente, ante el niño. Cuando un hombre adulto trató de rastrear la historia clínica de su padre biológico, se le manifestó en la clínica que esa era "información privada" y que además su madre había violado su contrato con ellos al informar a su hijo acerca de sus orígenes.[14] Algunos programas de inseminación por donante llevan la negación y el secreto todavía más allá. Al mezclar esperma del esposo con esperma del donante, estos programas aventuran la arbitraria suposición de que la falta de claridad favorecerá el olvido.

Con anterioridad al actual trabajo de identificación por ADN y a los análisis genéticos, esta mezcla de esperma podía sostener la pretensión de por vida de la paternidad biológica. Se les presta poca atención a los efectos de tal ambigüedad sobre las relaciones familiares a través del tiempo. Los adultos gestados por medio de inseminación por donante han relatado que durante toda su vida han percibido la existencia de secretos, se

han preguntado si no serían el resultado de una aventura extramatrimonial, o han experimentado una confusa distancia de su padre, por otra parte muy cariñoso; pero de todas maneras, nunca logran tener acceso a los programas originales que insisten en cerrar sus puertas.[15]

Desentrañar los secretos que rodean las técnicas reproductivas es tocar uno de los sentimientos más profundos de la naturaleza humana. La vergüenza siempre ha acompañado a la infertilidad. Al presente se puede ventilar la infertilidad en los talk shows, pero todavía permanece como tabú en el corazón de las familias. En algunas culturas y religiones, se ha culpado durante mucho tiempo a la mujer por no tener descendencia, y esta imposibilidad ha sido considerada causal de divorcio. Las teorías psicológicas supuestamente "modernas" sobre infertilidad también colocan en desventaja a las mujeres. Actualmente estas sufrirían por partida doble: no sólo no tendrían hijos, sino que los "expertos" señalarían como causa de la infertilidad, la hostilidad hacia el marido y la ambivalencia con respecto a la maternidad. En tanto que recientes descubrimientos científicos sobre los orígenes biológicos de la infertilidad han rebatido en su mayor parte estas teorías, su influencia persiste como un aspecto poderoso de la falta de confianza en sí mismas que acecha a las parejas no fértiles. Y las explicaciones biológicas no están para nada libres de estigma. Los hombres que descubren que su propio funcionamiento biológico puede ser un factor que contribuye a la infertilidad, se sienten a menudo profundamente avergonzados, creyendo que esto se refleja sobre su virilidad.

La infertilidad a menudo crea una angustia extrema en una pareja que debe enfrentar el dolor de no ser capaz de hacer lo que otras parejas simplemente dan por sobreentendido. Precisamente en un momento en que es vital incrementar la comunicación, demasiadas parejas acuden al distanciamiento, el conflicto o a la mutua protección del silencio. Las parejas que de hecho llevan un bebé a su casa pero siguen el consejo de los expertos de guardar en secreto los orígenes del niño, deben vivir con ese secreto, incrustado en el centro de su matrimonio y de su vida familiar.

Algunas religiones proscriben la reproducción asistida, impidiendo que las parejas recurran a la ayuda del sacerdote o de

la comunidad religiosa. Una pareja con la que trabajé insistía en que debía guardar en secreto los orígenes de su hija, pues de lo contrario el sacerdote de la parroquia les negaría los sacramentos.

Finalmente, ciertos miembros de la comunidad médica tienen la oportunidad de ganar enormes sumas de dinero. En una industria donde los médicos pueden tener ingresos de un millón de dólares anuales, el mantenimiento de ciertos secretos, tales como los índices de casos exitosos, está al servicio de intereses particulares.

En tanto que estos factores contribuyen al mantenimiento del secreto, este, una vez más, ha sido iniciado por los "expertos", es decir, los médicos que advierten a las parejas que no deben contar a *nadie* los orígenes del bebé. En instancias donde los niños nacen a partir de esperma u óvulos fecundados de donantes, se aconseja a las parejas que "finjan" que el bebé es completamente de ellos. Se les dice a los padres que su niño es el resultado de una "reproducción cooperativa". Nunca se aclara quién ha colaborado. Con extrema arrogancia, los especialistas en fertilidad dicen a los padres: "Usted se olvidará". Este consejo juega sobre el sentimiento de vergüenza ya existente en una pareja y lo aumenta. El mensaje manifiesto: "No se lo cuente a nadie", seguramente se enlaza a la creencia acallada y que, por lo tanto, no ha sido cuestionada: "Hay algo malo en lo que ustedes hicieron".

Debido a que la concepción está formulada como un hecho médico y, consecuentemente, *privado,* muchos de los consejos que la industria de la fertilización da a las parejas también ignoran el hecho de que la infertilidad y los medios para superarla tienen un efecto profundo y duradero sobre las relaciones. He trabajado con parejas, al cabo de una década o más de haber estado bajo tratamiento para la fertilidad, sólo para descubrir que sus sentimientos sobre la experiencia están tan poco elaborados como si esta hubiera ocurrido tan sólo una semana atrás. Como en la adopción, las parejas que guardan sus problemas con la infertilidad en secreto no pueden hacer el duelo por la pérdida de su propio hijo biológico. Aun cuando lleven a su hogar el ansiado bebé, la penosa experiencia de la infertilidad demanda ser reconocida abiertamente para que pueda ser incorporada en su momento. La engañosa predic-

ción: "Ustedes lo olvidarán" hace que esta reconciliación sea menos probable.

Si una pareja confía su secreto a algunos parientes y amigos íntimos pero sigue el así llamado consejo profesional de no contárselo al niño, la probabilidad de que el pequeño descubra la verdad es muy alta. Como vimos en la historia de Leanne Bowers, en el capítulo 2, las familias sumergidas en el secreto de algo tan profundo como los orígenes de un niño arrastran esté peso desde una etapa de la vida familiar a la siguiente, clausurando las oportunidades para una comunicación auténtica.

Como muchos secretos institucionales, los de la industria de las técnicas reproductivas son presentados como "necesarios". Pero unos pocos programas han dado un paso valiente hacia la apertura. El Banco de Esperma de California, situado en Oakland, guarda actualmente archivos identificables de los donantes que están de acuerdo con ser puestos en contacto con un niño cuando este alcance la edad de 18 años. Un programa llamado *Sí-Donante* desafía toda la sabiduría convencional relativa a la necesidad del secreto en los casos de inseminación por donante. La aceptada creencia de que tal apertura ahuyentaría a las personas ha resultado ser un mito, cuando cerca del 80% de los pedidos de los clientes de este programa pidieron un sí-donante. De un modo similar, el Centro para la Paternidad Sustituta y de Donación de Ovulos, de California, identifica ahora a los donantes de cigotas ante sus receptores y los estimula a que se reúnan.[16] La posición de estos programas sustenta una doble creencia: que los participantes individuales son sus mejores jueces para decidir cómo manejar la información y que los niños tienen el derecho de conocer sus orígenes biológicos. Habrán de pasar muchos años antes de que se pueda comprobar el efecto de esta apertura, pero la posición representa una desplazamiento crucial de la arrogante postura de "el doctor es quien más sabe".

Prolijamente envuelta por un manto de secreto, la fórmula letal consistente en desesperadas parejas estériles, enormes ganancias pecuniarias para los médicos y para los programas de tratamiento de la infertilidad, y el aura endiosada que rodea a los especialistas muy exitosos, puede conducir a resultados corruptos. En 1992 el doctor Cecil Jacobson, un médico especializado en tratamiento para la fertilidad, fue encontra-

do culpable de cincuenta y dos cargos de fraude.[17] Durante años, Jacobson había mentido a sus pacientes, diciéndoles que había utilizado esperma anónimo para la inseminación por donante, cuando en realidad había utilizado su propio esperma. Para muchas de las familias que habían guardado en secreto la inseminación por donante ante sus niños, estallaba entonces en su vida un doble secreto. Se les ofreció a todas las familias la opción de realizar o no la prueba del ADN o participar en el juicio contra Jacobson. Sin embargo, aun cuando eligieron no hacerlo, el peso de lo que había hecho Jacobson no podía desaparecer de su vida en virtud de la negación.

Un ejemplo más espeluznante de la creación de vidas sin el consentimiento de las criaturas está representado por los cargos pendientes contra los doctores Ricardo Asch, José Balmaceda y Sergio Stone, ex integrantes de la Universidad de California en Irvine, por recetar drogas no aprobadas para la fertilidad, por realizar investigación sobre mujeres estériles sin el consentimiento de estas, por fraguar formularios de consentimiento, por no declarar aproximadamente un millón de dólares de ingreso y, lo que es más atroz, por robar óvulos y embriones a mujeres y entregarlos a otras que desconocían su origen. Ovulos y embriones de treinta y cinco parejas que no habían dado su consentimiento habían sido proporcionados a otras, y se conocen al menos siete niños que nacieron por este medio.[18]

Un paciente de Asch que llevó un bebé a su hogar después de doce años de infertilidad proclamó: "Creo que trabaja para Dios".[19] De hecho, los extremos a los que llegaban los secretos le permitieron hacer el papel de Dios. Para el año 1997 Asch y Balmaceda habían huido de los Estados Unidos. Pero, en una confusa apelación a la privacidad de los pacientes, continuaban rechazando la apertura de sus archivos. Sergio Stone está bajo arresto domiciliario en Orange County, California.[20] De modo similar al experimento de Tuskegee, la "privacidad" médica es una cobertura conveniente para los secretos malignos. Y, como vimos en los secuestros y las adopciones perpetrados por los militares, el secreto instalado en las entrañas de la práctica institucional puede resultar un arma cuando está en manos autocráticas.

Legados de desconfianza: cuando se revelan los secretos institucionales

Una fría y nevada noche de febrero, en St. Louis, en 1993, entré en un salón atestado con treinta personas que no se conocían entre sí. El grupo estaba formado por teólogos, especialistas en ética, abogados, abogados canónigos, sociólogos, terapeutas... y religiosos que habían abusado sexualmente de niños, juntamente con los que habían sufrido ese abuso, ahora adultos. Nos habíamos reunido por invitación de la Comisión de Obispos sobre la Vida de los Clérigos y Sacerdocio, de la Conferencia Nacional de Obispos Católicos. Yo fui invitada por el convocante, padre Canice Connors, por mi conocimiento sobre familias, instituciones y secretos. Eramos un "grupo de intelectuales" con una ardua tarea: durante los tres días siguientes, deberíamos extraer recomendaciones para encarar la enorme crisis provocada por el abuso sexual infantil en la Iglesia Católica.

Siete años antes de nuestra reunión, había comenzado a resquebrajarse un secreto en la Iglesia Católica Norteamericana. En 1986 el padre Gilbert Gauthe fue encontrado culpable en un tribunal de Luisiana, de abusar sexualmente de treinta y siete muchachos, y fue sentenciado a 20 años de trabajos forzados. Poco después, otros dos sacerdotes de Luisiana fueron acusados de modo similar.[21] Rápidamente surgió un modelo de conducta en todo el país, impregnado de secreto.

Abundaron las historias de niños, ahora adultos, que nunca habían denunciado los abusos. Decían mantener el secreto por múltiples y complejas razones: su sacerdote era cariñoso con ellos; su sacerdote los había amenazado con el castigo de Dios si hablaban; su sacerdote les decía que esa había sido su culpa por haberse comportado de manera "seductora"; su sacerdote era respetado, hasta reverenciado; y ciertamente nadie les creería si confesaban lo ocurrido.

Pero algunos niños que habían sufrido abuso *hablaron*. Lo que nos había reunido en St. Louis en 1993 era la respuesta de la Iglesia, como institución, ante las voces de estos niños. Durante décadas, los sacerdotes acusados de abuso sexual de niños fueron silenciosamente trasladados de una parroquia a otra, sin que se diera a conocer la razón de esto a la comunidad. Nunca se informó sobre las instancias del abuso a las autoridades de bienestar

infantil, ni a la policía. Los niños que trataron de decirlo a otros sacerdotes o monjas de su propia parroquia fueron ignorados o castigados.[22] Las familias que formularon acusaciones fueron intimidadas para que guardaran silencio. Jeanne Miller, la madre de un niño que había sufrido abuso, dijo: "Nos derivaron a cuanta sucia basura de la Arquidiócesis se pueda imaginar: cualquiera que tuviera un título. Y uno a uno se alinearon para decirnos cualquier cosa; desde que estábamos reaccionando en exceso, hasta que podíamos ser excomulgados".[23] Cuando Miller presentó la demanda ante un tribunal civil, un detective contratado por la Iglesia revisó la basura de su casa, interrogó a los maestros de su hijo y abordó a sus vecinos, en un intento por desacreditarla.

Estas estrategias silenciadoras aparecieron una y otra vez a lo largo del país. Por ejemplo, el pago de la terapia de una víctima por parte de la Iglesia se interrumpía si la persona decidía entablar una demanda civil. Cuando los casos se presentaban ante los tribunales, muy a menudo eran resueltos por medio de acuerdos secretos, en los que la Iglesia no admitía ninguna responsabilidad. Los archivos del caso eran confidenciales, y el demandante prometía que no haría público el mismo y que no revelaría el monto de dinero que había recibido. Este era un dinero para comprar el silencio, en todo el sentido de la palabra.

En 1992 el secreto del padre James Porter, que llevaba tres décadas de vida, fue publicado en los medios. James Porter había sido liberado de sus votos religiosos en 1973, pero no antes de haber abusado sexualmente de docenas y docenas de muchachos y niñas. Muchos funcionarios de la Iglesia se habían enterado de los abusos de Porter y continuaron trasladándolo de una parroquia a otra, manteniendo el secreto. Después de que Porter pasó un tiempo en un centro de tratamiento para sacerdotes abusadores, el obispo, que conocía sus abusos en cuatro parroquias, lo recomendó para ser reasignado a otra parroquia. Proliferaban las cartas que atestiguaban su "recuperación" en su archivo de antecedentes. En cada nuevo destino, la historia de Porter sobre el abuso sexual de niños permanecía en secreto ante las familias de la parroquia. A través de la revelación realizada por los medios, las víctimas, que por mucho tiempo pensaron que podrían ser los únicos, comenzaron a descubrirse entre sí. Tan sólo unos pocos meses antes de la convocatoria al grupo de intelectuales en St. Louis, noventa y siete personas de los más variados lugares del

país habían presentado demanda por abuso sexual contra James Porter. En este contexto comenzamos a trabajar.

En nuestra reunión, las voces de quienes habían sufrido abuso eran potentes. Hablaron en forma punzante sobre los efectos prolongados del abuso sexual secreto: vidas descarriadas por la depresión, el alcoholismo, relaciones rotas, creencias destrozadas. Mientras escuchaba a los individuos describir el modo como la jerarquía de la Iglesia había negado en principio el abuso y cómo luego había exigido mantenerlo en secreto, oí expresiones de rabia, traición, pérdida de la fe y del sentido de comunidad y renovados sentimientos de violación.

A través de todo el encuentro, estuve profundamente consciente de las tensiones entre aquellos de nosotros que enmarcaban el tema principalmente como un secreto dentro de la institución en todos sus niveles y aquellos que querían localizar el problema esencialmente en el sacerdote que había provocado la ofensa. La Iglesia de los años 90 había adoptado el rótulo de "adicción sexual", con su concomitante necesidad de psicoterapia. Esto había reemplazado el punto de vista anterior, que consideraba al abuso sexual una "falla moral" que debía tratarse exclusivamente por medio de la penitencia y la plegaria. Ninguna de las dos definiciones del problema, sin embargo, se ocupaban de la actitud institucional de creación de secreto y encubrimiento. En tanto que todos nosotros estábamos de acuerdo en que debía concluir la política de trasladar a un sacerdote delincuente de una a otra parroquia, y que ningún sacerdote que abusara de los niños podía ser reasignado a una parroquia, bajo ningún aspecto, había gran desacuerdo acerca del alcance que debía tener la difusión de lo ocurrido. Muchos de nosotros insistimos en que las múltiples capas de secreto necesitarían ser consideradas una a una para producir un cambio perdurable. Otros, en particular los abogados a cargo de las causas civiles contra la Iglesia, respondieron con advertencias de que demasiada difusión podría producir mayor cantidad de juicios. Mientras tratábamos de asir alguna punta del problema, me di cuenta de que la consideración del secreto significaba adentrarse más allá del escándalo por el abuso sexual, ya que el secreto estaba instalado en la estructura jerárquica de la Iglesia y sostenido por ella.

Muchas de nuestras recomendaciones finales se referían a la extirpación del secreto en todos los terrenos posibles, a saber:

la información a las parroquias de la razón por la cual un párroco había sido destituido y la comunicación a la comunidad de los resultados de cualquier acusación; la búsqueda activa de otras víctimas, cuando se hubiera comprobado abuso sexual; la conducción de audiencias públicas regionales y nacionales sobre el abuso sexual de los niños; la celebración de reuniones públicas de la Conferencia Nacional de Obispos Católicos sobre este tema, en lugar de la sesión ejecutiva de práctica; la supresión de los acuerdos secretos en los juicios civiles, y la difusión ante las autoridades eclesiásticas de cualquier destino al que fuera reasignado, de la historia de todo párroco que hubiera abusado sexualmente de niños.

Cuando concluyó este encuentro me sentí muy satisfecha. Habíamos trabajado arduamente. Nuestras recomendaciones eran claras y estaban verbalizadas con firmeza. Se constituyó una Comisión de Obispos sobre Abuso Sexual, para tratar nuestras recomendaciones. Mi satisfacción, sin embargo, se diluyó en breve tiempo. Nuestras recomendaciones fueron corregidas, suavizadas y enviadas a la Conferencia Nacional de Obispos Católicos *antes* de que quienes estábamos involucrados viéramos el texto final. ¿Qué ocurrió con la apertura?, me pregunté. ¿Qué ocurrió con el compromiso de dar explicaciones?

En 1996 me dediqué a buscar algunas respuestas a mis interrogantes sobre el efecto del encuentro de St. Louis sobre las políticas y prácticas de la Iglesia. Estaba especialmente interesada en los cambios que se hubieran operado acerca del secreto. Hablé con el padre Canice Connors, el convocante original del "grupo de intelectuales" y presidente del Instituto St. Luke, un centro de tratamiento para religiosos, y con Tom Economus, presidente de Link-Up, un grupo nacional de ayuda para las víctimas de abuso sexual por parte de sacerdotes. Las respuestas que recibí fueron confusas y contradictorias.

"Ahora no hay ninguna tolerancia con el secreto", me dijo el padre Connors. "Las víctimas son entrevistadas inmediatamente. Se arregla una *terapia de orientación*, pagada por la Iglesia. Si el abuso es reciente, se informa sobre él a las autoridades de *bienestar infantil*. Los sacerdotes son enviados a tratamiento y no se los reubica en trabajos en parroquias." Tom Economus presentó una semblanza mucho menos optimista. "Estamos mucho peor ahora que antes del encuentro de intelectuales en St. Louis", me confió. "Todo *parece* mejor, pero en realidad no es así."

En 1997 hablé con Sue Griffith, la madre de Scott Griffith, que acusó al padre Ted Llanos de abusar sexualmente de su hijo, cuando este era un niño.[24] Ella y su esposo provenían de generaciones de católicos religiosos irlandeses y habían dedicado muchos años al voluntariado en Marriage Encounter (Encuentros de Matrimonios). Me refirió que la Iglesia se declara no responsable por el abuso cometido por el padre Llanos sobre veintiséis víctimas, porque la Corte Suprema de California ha sostenido que el empleador no es responsable por la conducta de un empleado. La Iglesia manifiesta que no hay registro de acusaciones previas contra el padre Llanos, pero Sue Griffith cree que esto es mentira. Lo sea o no, el contexto histórico de mentiras y secretos no ha sido eliminado. "Ya no podemos ser católicos", me dijo con tristeza. "El espíritu no puede funcionar cuando hay secretos."

Más recientemente, un jurado de Texas se expidió en el sentido de que la Diócesis de la Iglesia Católica Romana de Dallas era responsable por ignorar todas las advertencias y encubrir la evidencia sobre el abuso sexual de once monaguillos por parte de un ex sacerdote, el padre Rudolph Kos. En tanto que el abuso había concluido en 1992, poco antes de la convocatoria a la reunión de especialistas en St. Louis, la decisión del jurado de 1997 sostuvo que la diócesis ocultaba información y era, por lo tanto, culpable de negligencia manifiesta, malicia, conspiración y fraude. Se le ordenó el pago de cerca de 120 millones de dólares y fue compelida por el jurado a "admitir, por favor, su culpabilidad y permitir a esos jóvenes que prosigan con sus vidas"; la diócesis ha respondido que planea apelar la decisión.[25]

Mientras que el padre Connors sostenía que ahora los obispos comprendían que ellos y sus sacerdotes también son *funcionarios públicos*, a quienes se les demanda que se ocupen del tema abiertamente, Tom Economus insistía en que simplemente han aprendido a ser expertos en relaciones públicas. Ambos estuvieron de acuerdo en que las falsas acusaciones de abuso sexual contra el cardenal de Chicago, Bernardin, a fines de 1993, habían concentrado la mayor parte de la atención de los medios sobre este tema; pero en tanto el padre Connors creía que el tema podía tener mejor tratamiento sin una gran publicidad, Tom Economus pensaba que la atención de los medios era crucial para concluir con el secreto.

Pregunté al padre Connors si lo de "tolerancia cero con el secreto" se extendía a lo que se informaba a las parroquias cuando un sacerdote era destituido. Respondió que todavía no había garantía de transparencia, y que las prácticas diferían de una parroquia a otra. Ya que cada diócesis dictaba sus propias reglas, un sacerdote que abusara sexualmente podría todavía desaparecer bajo el manto de la noche, en tanto que la razón de su desaparición permanecería como un misterio para su parroquia. Y admitió que la recomendación del grupo de especialistas reunido en St. Louis contra los acuerdos secretos en los tribunales civiles había sido casi totalmente ignorada.

También intenté obtener la opinión de la Comisión de Obispos sobre Abuso Sexual. Mis llamadas y faxes fueron demorados, bloqueados o quedaron sin respuesta. Finalmente se me dijo que su asesor legal se pondría en contacto conmigo. Nunca tuve noticias de él. Y a pesar de todos mis esfuerzos, me fue imposible acceder a la información sobre un encuentro internacional de obispos sólo para participantes invitados, realizado en 1996, para considerar el abuso sexual por parte de los sacerdotes en todo el mundo.

En mis conversaciones con el padre Canice Connors y Tom Economus, me llamó la atención la sinceridad de estos dos hombres y el modo como el punto de vista que cada uno sustentaba estaba modelado por su propia posición y experiencia. El padre Connors trabaja con sacerdotes que han abusado de niños; Tom Economus trabaja con las víctimas y sus familias. En resumen, los "hechos" concretos de cada uno me parecen menos importantes que el enorme legado de desconfianza que proviene de décadas de secretos arbitrarios. Este legado continuará, y el dolor de estos secretos no cicatrizará hasta que la Iglesia no asuma una responsabilidad genuina.

Secretos en formación: las administradoras de salud

Los secretos que los médicos guardan ante sus pacientes o el público en general tienen una larga historia. Hasta la aparición del movimiento de los enfermos terminales a fines de los años 60, que trajo aparejada una nueva apertura, los

diagnósticos de cáncer y otras enfermedades terminales eran rutinariamente mantenidos en secreto. Los errores médicos que producían daños o muerte, errores que podrían provocar un juicio, también podían ser mantenidos en secreto ante las familias.[26] Hasta hace muy poco, cualquier médico que asistiera a un paciente en trance de suicidio, ciertamente mantenía el secreto y, debido a la naturaleza ilegal de estas acciones, la mayoría aún lo hace. No mucho tiempo atrás, a los pacientes ni siquiera se les permitía tener acceso a sus propias historias clínicas. Y al presente, abundan las discusiones en esa comunidad acerca de si los pacientes deben enterarse o no de los resultados de los análisis genéticos, especialmente si se trata de una enfermedad que no puede ser tratada.

Ninguno de estos secretos, sin embargo, tiene el poder de contaminar la relación médico-paciente a nivel masivo, del modo como lo hacen los secretos ligados a las administradoras de salud. Hacia fines de 1995 fue dada a conocer en los medios periodísticos la existencia, previamente secreta, de "cláusulas mordaza" en los contratos entre las grandes sociedades anónimas de administración de salud y los profesionales. Estas cláusulas exigen que los médicos mantengan en secreto ante sus pacientes los arreglos financieros con las compañías, incluyendo los beneficios monetarios otorgados a los profesionales por limitar severamente la asistencia. Por ejemplo, bajo el sistema de incentivo secreto de muchas administradoras de salud, un médico recibe un premio mensual basado en la escasa cantidad de derivaciones a especialistas, estadías en hospital y visitas a salas de emergencia que sus pacientes hayan realizado.[27] Bajo un sistema en que disminuye el dinero abonado al médico cuantos más tratamientos este prescriba, la calidad de la asistencia seguramente se sacrifica. También se les prohíbe, en sus contratos, informar a los pacientes sobre los posibles tratamientos no cubiertos por el contrato de asistencia, aun cuando estos pudieran ser para beneficio del paciente. Compartir expresiones de desagrado o criticar las políticas de una administradora de salud con el paciente o el público puede ocasionar el despido del médico por su "actitud hostil" hacia la compañía. Cuando el doctor David Himmelstein ventiló por primera vez los secretos de las administradoras de salud en los medios, en 1995, fue inmediatamente despedido por U.S. Healthcare.[28] En la larga tradi-

ción de mantenimiento de secretos institucionales, la industria de las administradoras de salud apela al derecho de mantener el secreto ante quienes considera inferiores en la jerarquía, y de castigar a cualquiera que exponga tales secretos.

Los ejecutivos de las administradoras de salud justifican el mantenimiento de secretos culpando a los profesionales, con la excusa de que es un modo de impedir que estos compartan sus frustraciones por la cambiante escena de la asistencia médica con los pacientes. Basado en la suposición paternalista de que los pacientes no tienen un interés legítimo en saber qué contienen los contratos entre los médicos que los asisten y las administradoras de salud, el doctor Daniel A. Gregorie, presidente de Choice Care, dijo: "Los médicos están enojados, frustrados y, hasta cierto punto, deprimidos, porque el mundo tal como lo han conocido está cambiando rápida y radicalmente. Pero ellos no deben abordar esta frustración de un modo destructivo compartiéndola con los pacientes. Esto no los ayuda; simplemente les produce mayor ansiedad acerca del cuidado que están recibiendo".[29] En otras palabras, los pacientes no saben qué es bueno que ellos sepan.

En la medida en que los secretos impuestos por las administradoras de salud han sido revelados al público, la relación médico-paciente se ha visto profundamente afectada. Los profesionales experimentan una falta de confianza por parte de los pacientes que han conocido y tratado exitosamente durante años. Como me confió un médico: "Ahora los pacientes están enojados aun antes de que comencemos. Creen que les estoy ocultando algo. El otro día estaba por prescribir un estudio a un paciente. Antes de que pudiera decírselo, me estaba gritando para conseguir la orden. He sido el médico de este hombre durante 11 años y siempre nos hemos llevado bien. Su fe en mí está quebrantada, no porque yo esté menos capacitado, sino porque sabe que respondo ante un tercero sobre el cuidado de su salud, y no puede conocer los detalles".

La industria de la administración de salud empuña una espada de doble filo en lo que se refiere a los secretos. Por una parte, se les exige a los médicos que guarden secretos ante los pacientes. Por el otro, se les exige que descubran los secretos de los pacientes ante el sistema, especialmente en las áreas de salud mental y abuso de sustancias. Los secretos esenciales que moldean y sostienen una relación terapéutica no son actualmente más que información que alimenta al ordenador de la administradora de salud.

La psicoterapia ha sido tradicionalmente una relación confidencial. La terapia debería ser un santuario, un lugar seguro donde enfrentarse con los propios demonios, exponer nuestra vergüenza más íntima, experimentar con nuevas alternativas y luchar para que nuestras heridas más profundas se cicatricen. Hay límites legales a la confidencialidad en el caso de abuso de niños o daño potencial a terceros, pero la mayoría de las personas supone que lo que dice a su terapeuta permanece entre ambos. Sin embargo, si utilizan los beneficios del seguro de salud para pagar la totalidad o parte de su terapia, aquella presunción no es pertinente. Las administradoras de salud demandan el derecho de ver los archivos de un terapeuta, incluyendo el acceso a la totalidad de las historias clínicas, cuando serían suficientes muchos menos detalles. Esta intrusión se racionaliza como una medida para evitar el fraude, pero de hecho, confiere a la industria de la administración de salud una licencia para moldear la relación total entre terapeutas, pacientes y los terceros que suministran los fondos. El poder para exigir que se revelen los secretos contra los deseos de alguien, y sin su conocimiento, es, sin lugar a dudas, un poder inmenso.

Estas compañías solicitan frecuentemente la transferencia electrónica de los archivos de la terapia. Un empleado en la otra terminal de un fax puede leer las revelaciones más íntimas de un cliente. Este material, previamente confidencial, se almacena en un ordenador, donde queda a disposición de muchas personas, incluyendo los empleadores. Los registros de una terapia son extraídos por motivos relacionados con pagos, o para evaluación de tratamientos efectuada por no profesionales, administración del plan de cobertura, e investigación; en otras palabras, para cualquier propósito que surja. Estos registros han sido utilizados para denegar otro seguro, entre ellos los de salud, vida y cobertura del automotor, tanto para el individuo en terapia como para otros miembros de la familia mencionados en los archivos.[30] Frente a la posibilidad de una reacción pendiente contra este ataque corporativo a la privacidad y la utilización de mala fe de la información personal, la industria de la administración de salud está tomando rápidos recaudos para influir sobre una legislación que les garantice un papel de espionaje en el consultorio. Lo que ya es realidad en la práctica con muchos planes sería codificado en una ley. Se les garantizaría el derecho a los empleadores de obtener información sobre los tratamientos cuando un empleado se sus-

cribe a un plan. No se necesitaría una autorización ulterior. El derecho del empleado de mantener en reserva la información revelada en la terapia confidencial, de crear secretos esenciales y, especialmente, de decidir si permitirá que alguien más vea su historia clínica, sería totalmente erradicado bajo esta ley.

Una receta para secretos institucionales nocivos

Todos los ejemplos de este capítulo proveen material para una receta de secretos institucionales que destruyen la integridad de los custodios del secreto, perpetúan el daño en quienes no están al tanto, y corrompen las relaciones. Los ingredientes de esta receta incluyen:

- Una rígida jerarquía de relaciones, tanto dentro de la institución como entre la institución y sus beneficiarios
- Todo el poder localizado en la cabeza de la institución
- Un espeso cerco que administra la información que entra y sale de la institución
- Un sentimiento de arrogancia ostentado por quienes ejercen el poder
- Estrategias silenciadoras como un modo de mantener el poder
- Evitar el escándalo, independientemente del costo para las vidas individuales
- Exigencia de deferencia y obediencia hacia aquellos que tienen poder, por parte de los que no lo tienen
- Lealtad hacia la institución sin cuestionamientos
- Carencia de obligación de la institución de dar cuenta de sus actos ante aquellos a quienes pretende servir

Una receta para el cambio

Los secretos institucionales nocivos pueden ser mejor rectificados de dos formas. En primer lugar, las investigaciones periodísticas responsables y la denuncia desde su interior históricamente han descubierto estos secretos. Cuando el conocimiento se difunde ante un público previamente ignorante, comienza la posibilidad de cambio; así como cuando se descubre un secreto en una familia, la nueva información tiene el potencial de conducir a nuevas relaciones. Pero la revelación del secreto no es suficiente. La diferencia de poder entre las instituciones y los individuos o las familias es enorme. Tal poder, incluyendo el que se ejerce para definir cuestiones, es rara vez cedido de buena voluntad. Para rectificar los excesos y la explotación nacida de los secretos institucionales, muy a menudo se requiere un movimiento social y político cuyo propio poder puede comenzar a reequilibrar la relación entre una institución y sus integrantes. Se necesitó del movimiento por los derechos de los pacientes para que estos ganaran acceso a la información médica mantenida en secreto con anterioridad. Se necesitó del movimiento de adultos adoptados para comenzar a eliminar décadas de secreto en la adopción. El movimiento de adultos que han sido sexualmente abusados por religiosos, ejemplificado por Link-Up, ejerce presión sobre la jerarquía eclesiástica para enfrentar esta dolorosa realidad. Los profesionales de la salud mental y los consumidores están comenzando a organizarse para considerar los excesos de las administradoras de salud.[31]

Los secretos creados y mantenidos en algunas instituciones son un modelo para ciertos tipos de secretos familiares: aquellos mantenidos por los desequilibrios de poder. La pretensión de guardar secretos malignos, que llaman al silencio a las voces de quienes no tienen poder, produce en una institución de por sí cerrada, o en una familia, un encierro mayor, clausurando las posibilidades de crecimiento y de complejidad. Desaparece el intercambio mutuo, y nuestra visión del prójimo se vuelve cada vez más estereotipada.

Como veremos en el capítulo 5, una vasta institución, los medios de difusión, ha afectado profundamente los modos como pensamos y actuamos con referencia a los secretos de nuestra vida.

Notas

1. J.H. Jones, *Bad Blood: The Tuskegee Syphilis Experiment.* Nueva York, Free Press, 1993, pp. 5-6.

2. *Ibid.*, p. 219

3. Se entabló juicio en nombre de los hombres y sus herederos y se llegó a una conciliación fuera de tribunales, por la cual el gobierno acordó pagar 10 millones de dólares. Este dinero fue dividido en pagos en efectivo de 37.500 dólares para los sujetos que en 1973 todavía estuvieran con vida, de 15.000 dólares para los herederos de los muertos, 16.000 dólares para los miembros con vida del grupo control en el estudio y 5.000 dólares para los herederos del grupo control. Menos de ciento veinte sujetos estaban todavía con vida. Encontrar a los herederos de los muertos resultó extremadamente difícil. Cualquier dinero que no se reclamara después de tres años, retornaría a las arcas del gobierno estadounidense.

4. M. Lee y B. Shlam, *Acid Dreams: The C.I.A., LSD and the Sixties Rebellion.* Nueva York, Grove Press, 1985.

5. En la década de 1960 la investigación comenzó a mostrar que la aceptación de la diferencia, en las familias adoptivas, está íntimamente asociada con una adopción exitosa. Véase D. Kirk, *Shared Fate: A Theory of Adoption and Mental Health.* Nueva York, Free Press, 1964. Esta investigación fue en gran medida ignorada por los profesionales de la adopción. Para un análisis más exhaustivo de este tema, véase A. Hartman, "Secrecy in Adoption", en E. Imber-Black (comp.), *Secrets in Families and Family Therapy.* Nueva York, W.W. Norton and Co., 1993.

6. Mientras que esta creencia pudo haber sido sostenida en épocas pasadas, cuando las mujeres eran deshonradas por los nacimientos extramatrimoniales, con frecuencia esto ya no ocurre. Sin embargo, muchos de los que al presente sostienen la adopción cerrada, todavía insisten en esta postura. De hecho, la investigación actual sostiene lo opuesto: entre el 35 y el 45% de los padres biológicos desisten de continuar con la entrega del bebé en adopción bajo las condiciones de adopción cerrada, en tanto que sólo el 6 y el 15% cambia de opinión en la adopción abierta. Véase B.M. Rappaport, *The Open Book: A Guide to Adoption Without Tears.* Nueva York, Macmillan, 1992.

7. Un antiguo principio de la adopción sostenía que las madres biológicas no cederían a sus niños a menos que se les garantizara confidencialidad. Claramente, esta creencia estaba enraizada en el estigma depositado sobre estas mujeres. La evidencia indica actualmente que la mayoría de las madres biológicas sostienen una posición diferente. Desde 1980 Michigan ha concedido a las madres biológicas una oportunidad de elegir que se cuente o no con información identificatoria sobre ellas, que se hace accesible para los hijos de más de 18 años. El 98% eligió posibilitar la información .

8. Véase K.D. Fishman, "Problem Adoptions", *The Atlantic*, septiembre de 1992, pp. 37-69, para un excelente análisis sobre las dificultades en las adopciones con necesidades especiales, que incluye casos ilustrativos de las formas en que los organismos retienen información crítica.

9. Véase el filme *La historia oficial*, ganador en 1985 del premio otorga-

do por la Academia, para tener una visión de los múltiples niveles de mentiras y secretos, y de los trágicos efectos psicológicos y sociales de estas sustracciones.

10. E. Rohter, "El Salvador's Stolen Children Face a War's Darkest Secret", *The New York Times*, 30 de julio de 1996, pp. A1, A6.

11. *Ibid.*

12. En otro ejemplo de secreto en la adopción, que dio como resultado el daño y la explotación apoyadas por un gobierno, miles de niños aborígenes australianos fueron raptados y colocados en orfanatos o entregados a familias blancas. Entre 1918 y 1960, estos niños fueron robados de sus familias por un gobierno que creyó que los estaba "rescatando" de la gente de color, a quienes consideraba incapaces de educarlos. Algunos fueron raptados inmediatamente después del nacimiento, mientras las madres se recuperaban del parto. Eran de especial interés los niños con mezcla racial. A muchos de los niños de la que es ahora llamada la "Generación Robada" no se les dijo que eran adoptados o se les dijo que provenían de las Fidji, Samoa o la Polinesia. P. Shenon, "Bitter Aborigines Sue for Stolen Childhoods", *The New York Times*, 20 de julio de 1995, p. A4.

13. De hecho, el porcentaje de éxito respecto a los nacimientos con vida varía ampliamente de uno a otro programa. En 1994 el Centro Hospitalario Monte Sinaí de la ciudad de Nueva York, considerado un centro de fertilización de primer nivel, tuvo que pagar cuatro millones de dólares a cientos de pacientes sin hijos por cuestiones de infertilidad, dando cumplimiento a una sentencia originada en una demanda por índices de éxito falsos. Monte Sinaí afirmaba tener un 20% de éxito en sus tratamientos, cuando, en realidad, el verdadero índice era mucho más bajo: de entre el 10,9% y el 13,7%. Algunas clínicas incrementan artificialmente sus índices de éxito, al contar los embarazos en lugar de los nacimientos con vida, a pesar del alto grado de abortos espontáneos que tienen lugar cuando se utilizan tecnologías reproductivas.

14. P. Orenstein, "Looking for a Donor to Call Dad", *The New York Times Magazine*, 18 de junio de 1995, p. 35.

15. R. D. Nachtigall, "Secrecy: An Unresolved Issue in Donor Insemination", *American Journal of Obstetrics and Gynecology* 168, nº 6, 1993, pp. 1846-51.

16. Orenstein, "Looking for a Donor to Call Dad", pp. 42, 50, 58.

17. S. Chartrand, "Parents Recall Ordeal of Prosecuting an Artificial Insemination Fraud Case", *The New York Times*, 15 de marzo de 1992, p. A16.

18. G. Cowley, A. Murr, y K. Springen, "Ethics and Embryos", *Newsweek*, 12 de junio de 1995, pp. 66-67. También, para una historia de primera mano relatada por una de las pacientes de Asch, cuyos embriones fueron robados, véase D. Challender (como se lo contó a Susan Litwin), *Redbook*, diciembre de 1995, pp. 84-87, 116-18.

19. Cowley, Murr y Springen, "Ethics and Embryos", p. 66.

20. A. Easley, "University of California at Irvine Settles", *Business Wire*, 18 de julio de 1997.

21. Para una descripción de muchos casos que surgieron en las décadas

de 1980 y 1990, véase E. Burkett y F. Bruni, *A Gospel of Shame: Children, Sexual Abuse, and the Catholic Church*. Nueva York, Viking Press, 1993.

22. Cheryl Swenson, una de los muchos niños que fueron objeto de abuso sexual por el padre James Porter, y testigo del abuso sufrido por otros niños, trató de contárselo al padre Armando Annunziato, que le gritó y le cerró la puerta en la cara. Cuando trató de contárselo a una monja, se la obligó a pararse delante de la clase y pedir perdón por decir semejantes cosas sobre el padre Porter. *Ibid.*, pp. 9-10.

23. Especial de la CNN, "Fall from Grace, Part Four: Alleged Victims Band Together", 14 de noviembre de 1993. Transcripción tomada de *Journal Graphics*, p. 4.

24. "New Law Gives Hope to Victims", *Long Beach Press Telegram*, 10 de julio de 1996, p. B8.

25. K. Murray, "Texas Catholic Church Must Pay $120 Million", *Reuter*, 24 de julio de 1997.

26. El análisis de los índices de mortalidad entre niños de peso normal nacidos en hospitales públicos de la ciudad de Nueva York, realizado por una computadora del *New York Times*, mostró un índice sustancialmente más elevado que para los niños nacidos en hospitales privados. Los daños graves de nacimiento también eran sustancialmente más altos. Tal información ha sido mantenida en secreto ante el público en general. *The New York Times*, 5 de marzo de 1995, pp. A1, B2.

27. Véase S. Woolhandler y D. U. Himmelstein, "Extreme Risk - The New Corporate Proposition for Physicians", *The New England Journal of Medicine*, 21 de diciembre de 1995, pp. 1706-7.

28. P. Gray, "Gagging the Doctors", *Time*, 8 de enero de 1996, p. 50.

29. R. Pear, "Doctors Say H.M.O.'s Limit What They Can Tell Patients", *The New York Times*, 21 de diciembre de 1995, p. B13.

30. T. Lewin, "Questions of Privacy Roil Arena of Psychotherapy", *The New York Times*, 22 de mayo de 1996, pp. A1, D20.

31. En 1996-97 tuve la oportunidad, en mi papel de presidente de la Academia Norteamericana de Terapia Familiar, de participar en una reunión de todos los presidentes de las organizaciones más importantes de salud mental, para crear un proyecto de declaración de derechos, en respuesta a la transgresión de la confidencialidad del paciente por parte de las administradoras de salud, y a otras inquietudes sobre el secreto y las políticas y prácticas en el cuidado de la salud. Esta coalición fue histórica, ya que era la primera vez que todas estas organizaciones estaban dispuestas a hacer a un lado la protección de su propio terrreno y su propia cofradía, para encarar una preocupación compartida.

5

Lo que se dice en los talk shows frente a lo que se dice auténticamente: los efectos de los medios de masa sobre lo secreto y lo revelado

> Bien, mis invitados de hoy dicen que no soportan guardar sus secretos por más tiempo. Han invitado a su cónyuge o amante a presentarse en la televisión nacional para hacerles conocer sus secretos por primera vez.
>
> MONTEL WILLIAMS

La joven entró en mi consultorio lentamente, con la vacilación propia de un cliente nuevo. Le indiqué que tomara asiento y me dispuse a comenzar el intercambio de preguntas y respuestas de rutina, que por lo general toma la totalidad de la primera sesión. Casi antes de que pudiera pronunciar mi nombre, comenzó a contarme un secreto muy íntimo y vergonzoso. Tratando de que lo hiciera paso a paso para permitir que se construyera una relación lo bastante estrecha como para contener su tremenda pena, le pregunté amablemente qué le había hecho pensar que era adecuado contarme cosas con tanto apresuramiento. "Vi que la gente hacía esto en *Oprah* todo el tiempo", respondió.

A través de la historia, los seres humanos han estado fascinados con los secretos de otras personas. En las obras literarias, el teatro y el cine, vemos cómo la gente crea y vive los secretos y cómo se las arregla para enfrentar las consecuencias de su revelación, ya sea planeada o no. Los secretos que cambian vidas son ejes de dramas tales como *Edipo* o *Macbeth* de Shakespeare, así como de clásicos del siglo XX, tales como *Casa*

de muñecas de Ibsen, *Viaje de un largo día hacia la noche* de Eugene O'Neill, *La muerte de un viajante* y *Todos eran mis hijos* de Arthur Miller, o *Una pasa de Corinto al sol* de Lorraine Hansberry. Como me ocurre a mí, quizás usted tenga el recuerdo vívido de secretos placenteros en el cuento de O'Henry *El regalo de los Reyes Magos*, donde una mujer se corta el cabello y lo vende secretamente para comprarle al esposo una cadena para el reloj como presente de Navidad; en tanto que él, sin que ella lo sepa, vende su reloj para comprar un juego de peines de plata para el cabello de su esposa. Conocidos filmes actuales, tales como *Ordinary People* [*Gente como uno*], *The Prince of Tides* [*El Príncipe de las mareas*] o *The Wedding Banquet* [*Banquete de bodas*], también ilustran las complejidades de los secretos y sus efectos sobre cada miembro de la familia. Las representaciones literarias y teatrales de secretos desconcertantes y de su revelación, a menudo complicada y desprolija, nos ayudan a recordar que mantener o revelar secretos no es tarea simple. Quizá lo más importante sea que nos ayudan a apreciar nuestra profunda conexión humana con los problemas de los otros.

Desde el advenimiento de la televisión, sin embargo, hemos comenzado a conocer los secretos de otras personas y, por extensión, a pensar los propios desde una óptica muy diferente. Tanto los talk shows de la tarde, como los programas vespertinos del tipo magazine, al explotar nuestra añoranza de un sentimiento de pertenencia a la comunidad, han puesto en tela de juicio todas las nociones que sustentábamos previamente sobre lo secreto, la privacidad y lo que puede hablarse abiertamente. Si bien convivimos con estos shows desde hace casi 30 años, en la década de 1980 apareció algo nuevo: las celebridades comenzaron a ventilar los secretos de su vida en la televisión nacional.[1] Como ahora es posible oír acerca de la bulimia de Jane Fonda, la drogadicción de Elizabeth Taylor o el alcoholismo de Dick Van Dyke (anteriormente secretos vergonzosos, sobre los que ahora se habla con serenidad), parecieron levantarse siglos de estigmas. Otras revelaciones nos permitieron ver la omnipresencia de las esposas golpeadas y del incesto. La incuestionable vergüenza y el secreto que antiguamente rodeaban al cáncer, la adopción, la homosexualidad, la enfermedad mental o los nacimientos extramatrimoniales, comenzaron a ceder.

Esta atmósfera de mayor apertura trajo aparejados muchos beneficios. En mi práctica terapéutica experimenté un importante desplazamiento, a medida que las personas con quienes trabajaba desplegaron una mayor facilidad para contar lo que una década atrás quizá nunca habría sido hablado. Secretos aterradores perdieron algo de su poder para perpetuar la intimidación. Quienes habían sido llamados al silencio comenzaron a encontrar su voces y a reclamar el derecho de gobernar sus propias vidas.

Pero a medida que el campo de lo que no se debe mencionar se fue reduciendo, se produjo también un desplazamiento cultural más peligroso: el desarrollo de la creencia simplista de que contar un secreto, sea cual fuere el contexto, es automáticamente beneficioso. Esta creencia, difundida por los talk shows en televisión, y las revelaciones escandalosas en los medios, han arrancado a la decisión de qué mantener en secreto y qué decir abiertamente de sus necesarios anclajes en relaciones estrechas y empáticas. Las revelaciones personales dolorosas se han transformado en entretenimiento público y se utilizaban para vender detergente y para fabricar celebridades.

Si en el pasado las normas culturales fabricaron secretos vergonzosos con demasiados hechos de la vida humana, ahora estamos lidiando con la premisa opuesta: que revelar los secretos (no importa cómo, cuándo o a quién), es moralmente superior y automáticamente reparador. El espectáculo diario de perfectos extraños que revelan sus secretos en nuestra sala nos enseña que no se necesita trazar ningún límite, ni tomar ningún recaudo, ni considerar las posibles consecuencias.

Las revelaciones en los talk shows

Vimos y escuchamos la siguiente conversación en *El show de Sally Jessy Raphael*, en 1994:

> *Sally*: Aquí tenemos a David y Kelly. Son recién casados. Contrajeron matrimonio en diciembre... Como recién casados... ¿qué pasaría si él te engañara? ¿Qué harías?
>
> *Kelly*: No sé.
>
> (Antes de que David comience a hablar, el subti-

tulado en la pantalla dice: "David cuenta a Kelly por primera vez que la está engañando", informando a los espectadores, de este modo, sobre el contenido del secreto, antes de que Kelly lo sepa.)

David: Llamé a Sally y le dije al productor del programa que estaba viviendo una doble vida... He tenido algunas aventuras desde que estoy con ella.

Sally (a *Kelly*): ¿Sabías esto?

(La cámara enfoca la expresión descompuesta y dolorida de Kelly, quien, muda y con los ojos llenos de lágrimas, sacude la cabeza, mientras los espectadores largan risitas sofocadas.)

Sally: Kelly, ¿cómo te sientes? Por un lado mira lo tremendo y malo que es esto; por el otro, podría no habértelo contado nunca. Te ama tanto que quería venir y largar todo esto...

Hacia fines de 1960, *El show de Phil Donahue* comenzó un nuevo estilo en los medios, que consiste en compartir información interesante y ventilar cuestiones diversas. Hacia fines de los años 70 y en 1980, esta tendencia se desplazó hacia las confesiones de celebridades y la destrucción de tabúes. En los años 90 la TV voyeurista [*Talk TV*] pone ante cámaras la revelación deliberada de secretos que una persona de la pareja o una familia no ha escuchado nunca antes. En un cínico afán por conquistar índices de audiencia y ganancias, el estilo de tales shows ha pasado rápidamente de anunciarle a los participantes que iban a escuchar un secreto "por primera vez en la televisión nacional", a invitarlos bajo alguna estratagema. Estos programas son denominados de "cámara cómplice".

Según la ex conductora de un talk show, Jane Whitney, prácticamente cualquier persona que quiera "confrontar" a otra (al amante de su pareja, hetero u homosexual, por ejemplo) formando parte de la emboscada emocional urdida por el programa, puede ganarse un pasaje gratis a la notoriedad nacional. *Aquellos que prometían revelar algún secreto íntimo a la desprevenida persona amada, recibían el tratamiento de una estrella"* (la bastardilla es nuestra).[2] Actualmente hay alrededor de treinta talk shows en E.U.A., que también se difunden en muchos otros países.[3] Aun cuando nunca haya mirado un talk show, usted vive

en un medio donde los supuestos acerca de los secretos han sido afectados por los relatos que circulan en estos espectáculos.

La revelación de secretos en los talk shows de la TV promueve un sentido distorsionado de los valores y las creencias sobre lo que debe mantenerse en secreto y lo que puede hablarse abiertamente. Mientras que los espectadores son arrastrados por el contenido sensacionalista de cualquier secreto que se revele, se ignora el impacto sobre las relaciones una vez que el talk show ha concluido. Por supuesto, cuando la confesión de un secreto ha tenido consecuencias severas en la relación, o aun trágicas, los conductores del programa y los productores manifiestan que no les cabe responsabilidad en el hecho, reforzando de este modo la creencia de que los secretos se pueden revelar imprudentemente, sin ningún compromiso por las secuelas. Considere lo siguiente:

- En un notorio incidente en 1995, un joven llamado Jonathon Schmitz asesinó a un conocido, Scott Amedure, a continuación de una inesperada revelación realizada en el show de *Jenny Jones*.[4] Se le había dicho a Schmitz que se presentaría en el show para conocer a un "admirador secreto". *No* se le había dicho que el show era sobre "hombres que se enamoran secretamente de otros hombres".[5] Cuando su sorpresa y humillación derivó en el asesinato de Amedure, el conductor y los productores manifestaron con firmeza que no era su responsabilidad.

- En el show de *Montel Williams*, una mujer se enteró de que su hermana se había acostado con su novio durante varios años. Concurrió al programa porque se le dijo que se trataba de un show sobre "antiguos novios".

- La ex conductora de talk show, Jane Whitney, describe un show que llamó *Revelando su doble vida*. Se invitó a una madre que no tenía idea del motivo por el que su hijo había cortado las relaciones con ella desde hacía dos años. Whitney, por supuesto, sabía que el hijo quería revelar la inminente cirugía que le conferiría una nueva identidad

sexual. Cuando se encontró con la madre, un momento antes del show, la mujer le imploró: "¿Usted sabe qué es lo que pasa? Siempre nos tuvimos tanta confianza. No sé qué ha ocurrido. ¿Está enfermo? ¿Tiene SIDA?". Mientras le aseguraba a la madre que "todo estaría bien", Whitney mintió y guardó el secreto con el objeto de que la revelación produjera el máximo efecto en el show.[6]

- Ricki Lake invitó a un hombre que había guardado el secreto de su homosexualidad ante su familia. Su compañero de habitación anunció que había tomado la responsabilidad de contar el secreto a la familia de este hombre. [7]

Cuando tales sucesos tienen lugar en la TV una y otra vez, perdemos nuestra capacidad de formular preguntas cruciales, especialmente esta: ¿en qué circunstancias tenemos derecho a revelar el secreto de otra persona?

En los talk shows de la televisión, los esposos oyen por primera vez que sus esposas les piden el divorcio; las madres conocen el secreto de la violación de sus hijas; las esposas descubren que sus maridos les cuentan a los amigos sobre sus relaciones sexuales. Y todo esto ocurre dentro de un contexto en el que el conductor, aviesamente, niega toda responsabilidad por lo que se pone en escena, en la compleja ecología de las relaciones familiares.

Las revelaciones en los talk shows ignoran la importancia de los compromisos en las relaciones. Lo que se dice puede resultar anónimo y encubierto. Los espectadores en el estudio y los que están frente a la pantalla, un conjunto de extraños, oyen detalles, previamente ocultos, de nuestra vida. Los cortes publicitarios interrumpen desconsideradamente la revelación y la recepción de un secreto doloroso. La escucha furtiva toma el lugar de la escucha sincera. El voyeurismo reemplaza a la acción de ser testigo de la revelación. Los pseudoíntimos abrazos y caricias del conductor reemplazan a la genuina contención.

Cuando los secretos se revelan por televisión, se generan varios triángulos peculiares. La relación entre la persona que cuenta el secreto y la que lo escucha es invadida inmediata-

mente por los espectadores, el conductor y el "experto"; cada uno con un rol calculado y repetitivo. Estos papeles están imbuidos de arrogancia: la creencia de que una persona sabe lo que es mejor para las demás, en relación a lo que deben hacer con los secretos de sus vidas. Las revelaciones de secretos en los talk shows implican que estas se realizan ante un grupo enorme de personas no involucradas en los mismos, con actitud burlona, que no asumen ninguna responsabilidad por las relaciones personales implicadas, después que el talk show concluye.

Cuando se está por revelar un secreto, se colocan subtítulos debajo de la imagen de la persona que todavía no lo ha oído. Los espectadores ven palabras tales como : "Van a oír que su esposa acaba de hacerse un aborto" o "Jim no es el padre biológico de Ellen". Por consiguiente, los espectadores conocen el contenido del secreto antes que la persona que se verá afectada por el contenido del mismo. Se construye un contexto de humillación. A menudo, los espectadores se ríen o lanzan exclamaciones de asombro cuando la cámara capta un primer plano de la cara perpleja de la víctima. Aquel a quien el secreto va dirigido, es en realidad, el último en saberlo. Esta estructura reduce la empatía y posibilita que los espectadores se sientan separados del invitado que ha caído en la emboscada, y superiores a él.

El público alienta las nuevas revelaciones por medio del aplauso.[8] Como espectadores, recibimos reiteradamente el mensaje de que al revelar un secreto, más allá de las consecuencias, se gana atención y aprobación. Ya sea que se los aplauda, se los aclame, se los haga objeto de burla o de disputas, de hecho, los secretos se trivializan. En los talk shows, un secreto sobre abuso sexual significa lo mismo que un secreto acerca de las finanzas familiares, o el de ser un nazi, o acerca de la paternidad.

Una vez que se revela el secreto, tanto el emisor como el receptor quedan, inmediatamente, a merced del consejo o el juicio crítico de extraños. Culpar y tomar partido es algo frecuente. No se dedica ni un momento a reflexionar sobre la magnitud y gravedad de lo que ha ocurrido. Cada secreto es instantáneamente reducido a un problema unidimensional, que se resuelve con soluciones simplistas.

Poco después que se ventila un secreto, el conductor arremete con alguna de las variantes del discurso que indica que ventilar un secreto sólo puede tener buenos resultados. Sally Jessy Raphael manifiesta a la joven esposa que acaba de descubrir el secreto de las aventuras de su esposo frente a millones de fisgones indeseados: "La ama tanto que quiso venir y largar todo esto". El mensaje para todos es que el solo hecho de contar un secreto es por sí mismo, curativo. No hay lugar para la ambivalencia o la confusión. Por cierto, a menudo se les llama la atención a los invitados por expresar duda o vacilación acerca de la sensatez encerrada en el acto de divulgar aspectos íntimos de su vida a nivel nacional.

La posición del conductor en tanto celebridad puede conferir al contenido de un determinado secreto y al proceso de su revelación la calidad de normal o anormal, bueno o malo. Cuando Oprah Winfrey entremezcla las revelaciones de sus invitados sobre abuso sexual o adicción a la cocaína con las suyas propias, el acto de revelación queda santificado. No se establecen diferencias entre lo que puede contar una persona famosa, con mucho dinero y poder, sin sufrir ninguna consecuencia y lo que le es posible expresar a una persona común que enfrentará a su familia, su trabajo y su comunidad una vez que el talk show haya finalizado. A la inversa, algunos conductores demuestran inicialmente sorpresa, desaliento y negatividad respecto de un secreto en particular, la persona que lo cuenta o la que lo escucha. Cuando un invitado del *Show de Jerry Springer*, que acaba de descubrir que una mujer con la que mantenía relaciones era una transexual, avergonzado pregunta al conductor qué haría en su lugar, Springer responde: "¡Bueno, ciertamente no hablaría sobre esto en la televisión!". Se crea un contexto de oprobio que sólo se transforma en comprensión y perdón tras el siguiente corte comercial.

Hacia el final de cualquier talk show en el que se han revelado secretos, hace su aparición un terapeuta. Se crea un contexto pseudoterapéutico. El trabajo efectivo y dificultoso que se requiere después de la apertura de un secreto, desaparece en la neblina de una fugaz e irresponsable relación con un "experto", que adopta una posición de superioridad y se arroga el conocimiento de la vida de personas que acaba de conocer.[9] Mientras se nos pide que creamos que no quedan cuestiones

pendientes cuando el talk show finaliza, es evidente el carácter engañoso de esta afirmación, por el hecho de que numerosos "shows" ofrecen ahora "contención posterior" o terapia real, para elaborar el impacto producido por la revelación de un secreto en televisión.[10]

El tiempo necesario para empezar a elaborar adecuadamente un secreto resulta del todo tergiversado en los programas de televisión. En menos de cuarenta minutos, en un solo show de *Montel Williams*, un hombre le contó a su esposa que tenía una relación homosexual, una mujer le confió a su marido que mantenía una aventura con su jefe, otra mujer refirió a su novio que era transexual, una esposa reveló a su marido que estaban endeudados por 20.000 dólares, y otra mujer relató a su novio que acababa de abortar. El espíritu que inspira estos shows es el de "dilo todo de una vez".

El relato del talk show también borra las fronteras entre padres e hijos y toda distinción entre lo que es o no es adecuado para la edad. Los niños a menudo están entre los espectadores oyendo los secretos de sus padres, contados por primera vez. En uno de estos programas, un niño de ocho años oyó que su tía hacía conocer que él había sido abandonado por su madre porque esta "no lo quería". Los niños también suelen estar ante las cámaras revelando un secreto a uno de los padres, acerca del otro progenitor, sin que se le preste la menor atención al sentimiento de culpabilidad que experimentan los niños cuando son desleales con uno de sus padres.[11] El efecto sobre estos niños, su sentimiento de vergüenza y turbación, y lo que tendrán que enfrentar al día siguiente al regresar a la escuela, nunca se tiene en consideración.

En última instancia, la confesión del talk show transforma nuestras verdades más íntimas y privadas en una mercancía. Los shows concluyen con anuncios tales como: "¿Tiene usted un secreto que nunca contó a nadie? Llámenos y cuéntelo. ¿Ha filmado a alguien haciendo algo que no debía? Envíenos el vídeo". Un secreto jugoso puede aportar un pasaje aéreo gratuito, un paseo en limusina, o la estadía por una noche en el hotel soñado. Mientras que nadie es forzado a participar en un talk show, el hecho de que la mayoría de los invitados pertenezcan a una clase trabajadora que carece de los medios para realizar tales viajes, convierte a los relatos de los talk shows en un pacto con el diablo.

Los mitos del talk show acerca de los secretos

Los talk shows han creado un poderoso modelo para la revelación de los secretos en nuestra cultura, pero este modelo contiene muchos *mitos nocivos.*

- Los secretos dolorosos se pueden revelar sin considerar los posibles efectos sobre las relaciones estrechas involucradas.
- Contar un secreto es por sí mismo curativo.
- Cualquier tema que contengan los secretos se resuelve espontáneamente.
- No existe una esfera legítima de privacidad.
- La pseudointimidad y la pseudocomunidad pueden reemplazar a los vínculos genuinos.
- Los extraños tienen el derecho de juzgar y criticar, sin conocer la totalidad de la historia.
- Contar un secreto por la TV convierte instantáneamente a una persona en una celebridad.
- Cinco minutos de relación irresponsable con un "experto", que presume saber qué es lo mejor para la vida de otra persona, puede resolver todos los problemas que ha creado un secreto.
- Las obligaciones de una relación, la lealtad y la responsabilidad personal y social no revisten importancia.
- El contexto histórico de un secreto y las consecuencias potenciales futuras de su revelación se pueden desestimar.
- Las fronteras de edad apropiada para contar un secreto se pueden ignorar.

¿Han influido las revelaciones de secretos en los talk shows en el modo como usted opina acerca de los secretos y en cómo maneja sus relaciones interpersonales?

Los secretos familiares en los programas televisivos de tipo magazine

Además de los talk shows de la tarde, la década de 1990 ha presenciado la proliferación de los programas vespertinos de tipo magazine. Estos espectáculos usualmente incluyen tres o cuatro segmentos que van desde una visión sobre las noticias de la semana hasta una revelación escandalosa sobre negocios o sobre el gobierno, o el relato de la historia de una familia. La revelación del secreto de una familia a menudo se convierte en la presentación de un minidrama. Entrevistas breves con miembros de una familia y tomas, en apariencia informales (aunque elaboradamente montadas), de una familia en la cocina, la sala, o paseando por una calle, son ligadas por la voz del relator, plagada de hipérboles. El *contenido* de un secreto en particular, se trate de nuevas técnicas reproductivas, paternidad, o abuso sexual, con frecuencia toma un lugar central, en desmedro de las complejidades de la relación en la cual está inserto. El drama enfatiza el dolor y la angustia de aquellos a quienes les ha sido ocultado el secreto. Por medio de una cuidadosa técnica narrativa, el espectador es inducido a compadecerse de algunos y a culpabilizar a otros. La imagen puede ser en colores, pero la historia es reducida a blanco y negro, o a "buenos" y "malos". Falta ostensiblemente cualquier marco que pueda ayudar al espectador a pensar en forma crítica acerca de la conveniencia de revelar o guardar secretos. Al carecer de toda referencia a un contexto social o a las significaciones culturales más amplias, estos programas tan sólo atraen nuestra atención sobre el contenido emotivo de los secretos que presentan.

Consideremos el ejemplo del secreto de una familia que llegó a presentarse en dos programas magazine en 1995. La historia de la familia Lang fue presentada primeramente en *American Journal* y luego en *20/20*. Luego de un arduo divorcio y la batalla por la tutela, en la década de 1980, Marcia Lang ganó la de los dos niños de la familia, Chelsea y Robert hijo, en tanto que su ex marido, Bob Lang, volvió a casarse. Varios años más tarde, en 1991, durante una acalorada conversación telefónica, Marcia le dijo a Bob que los niños no eran sus hijos biológicos, sino que en realidad eran hijos de su antiguo jefe, Jim

Pickens, con quien había mantenido una relación extramatrimonial durante siete años.

American Journal comenzó la historia contando al público que estaban por oír un secreto "conmocionante" que ha llevado a "un juicio sin precedentes que afectará a las familias norteamericanas durante los años venideros". A continuación, relatan la súbita revelación del secreto de paternidad, durante una llamada telefónica en conferencia, realizada en vísperas de Navidad, entre el padre, la madre y los dos niños, mientras Bob Lang, su nueva esposa y los niños estaban preparando pan de jengibre. Vemos llorar a los niños; oímos sobre un examen de sangre pedido por el hijo menor para establecer la paternidad; escuchamos a Jim Pickens, el padre biológico, hablando acerca de la ruina de su ejercicio profesional como médico y de la pérdida de su propia familia, debido a la revelación del secreto; nos enteramos de que el padre y los niños han establecido una relación más cercana después de conocer el secreto; vemos a la madrastra que manifiesta al entrevistador que Marcia Lang reveló este secreto porque "en realidad es una mujer que maltrata a sus hijos"; oímos que Chelsea dice que su madre es crónicamente "fría" e "indiferente"; presenciamos cómo el entrevistador persigue a Marcia Lang que sube a su auto, mientras le reclama saber cómo pudo "hacerle esto a sus niños", y finalmente oímos que este "escándalo" ha dejado al padre y a los niños con "dolor y cicatrices emocionales".

El rating de este segmento de *American Journal* debe haber sido excelente, porque unos pocos meses más tarde, la historia de los Lang fue repetida en *20/20*. Aquí, en la introducción, se nos cuenta que vamos a oír "la historia de una familia que nunca olvidaremos", sobre un "amorío secreto" y un "secreto devastador". Básicamente la historia es la misma, pero el padre y los niños ofrecen detalles totalmente diferentes de los que han transmitido en *American Journal*. En lugar de un llamado en conferencia, nos enteramos ahora de que el padre tomó la llamada mientras los niños escuchaban por su parte, y se sentían cada vez más turbados. En lugar de ser el niño quien pide un examen de sangre para establecer la paternidad, se nos refiere que fue el padre quien "necesitaba conocer la verdad". El padre y la hija, se nos dice, no se sienten más cercanos, sino alejados; el entrevistador nos dice que la "revelación de este

secreto ha abierto una brecha entre el padre y la hija". Si bien esta vez no se persigue a Marcia Lang por la calle, presenciamos escenas en las que ella se niega a ser entrevistada, y nuevamente vemos cómo Chelsea es estimulada por el entrevistador a escarnecer a su madre por la televisión nacional. Por el contrario, Bob Lang y su hijo, Robert, aparecen afectuosamente juntos. El caso por el que Bob Lang demandó por fraude y devolución de cuota de alimentos, y que *American Journal* aseguró que "sentaría precedentes", había sido desestimado por el tribunal para la época del programa de *20/20.*

Durante esta presentación, el entrevistador pregunta retóricamente: "¿Por qué alguien guarda un secreto que casi destruye la vida de tres personas?". ¿Por qué realmente? En ningún momento de ambos programas se nos ayuda a considerar esta pregunta. Más bien, nuestra visión se restringe a contemplar a las víctimas y a la victimaria como representantes absolutos del bien y del mal. A continuación de la presentación del caso, el conductor de *20/20,* Hugh Downs, comenta: "Con reacciones tan drásticas y diferentes por parte del hijo y la hija, tenemos que preguntarnos por qué". Esta concienzuda pregunta es seguida inmediatamente por la tanda comercial.

En ambos programas, los complejos motivos que llevaron a guardar el secreto quedan ocultos. ¿El secreto es guardado por vergüenza, estigma, miedo, intimidación, protección de sí misma o de otros, engaño premeditado, arrogancia y mal uso del poder, impotencia, o simplemente confusión? Las razones, igualmente intrincadas, para revelar el secreto (enojo, venganza, un deseo de separar lealtades, de aliviar la culpa; un ansia de desplazar la carga de sí misma a los demás; una esperanza honesta de reparar y sanear las relaciones; o una necesidad de recuperar el propio equilibrio, la identidad y la integridad), también están ausentes.

No se establece ninguna distinción entre la revelación irresponsable de un secreto y la revelación pensada y cuidadosa. Preguntas tales como : "¿Quién tiene derecho a la información contenida en un secreto? ¿Qué vidas se ven afectadas por un secreto? ¿Quién se ve impedido de tomar decisiones informadas o utilizar todos los recursos si se le oculta un secreto?" no tienen lugar en los programas de tipo magazine.

Las historias de la televisión sobre secretos familiares fre-

cuentemente contienen una persona que se niega a ser entrevistada. Esta negativa nunca es expuesta como un apropiado deseo de privacidad. Cuando Marcia Lang rechaza los intentos de ambos entrevistadores, se nos da licencia para acumular culpas sobre ella.

Mientras miraba estos shows acudían a mi mente numerosas preguntas. Por ejemplo: ¿Qué habría ocurrido entre los Lang durante sus diez años de matrimonio que permitió que una relación extramatrimonial de siete años se mantuviera en secreto? ¿Había otros secretos? ¿Los Lang provenían de familias en que se guardaban secretos importantes en los matrimonios? En tanto que un segmento televisivo de diez o doce minutos no tenía la posibilidad de incluir todos estos antecedentes, la repetida ausencia de tal información en este tipo de programas sugiere que a los productores jamás se les ha ocurrido la idea de incluirla.

Me llamó particularmente la atención que la dimensión de género del secreto de la familia Lang nunca fuera mencionada. Desde el comienzo de los tiempos, los hombres han tenido hijos secretamente. Pudieron haberlos abandonado o mantenido, sin el conocimiento de sus esposas, o reconocido públicamente en su lecho de muerte, pero rara vez han cosechado la ignominia y la humillación que carga una mujer en una situación similar. ¿Si Bob Lang hubiera hecho lo que hizo Marcia Lang y lo hubiera guardado en secreto, los medios lo hubieran puesto en la picota como hicieron con ella? Probablemente no. En tanto que en ambos programas vemos a Jim Pickens sufriendo la pérdida de su familia y su profesión como médico, también es situado como una víctima que "no sabía" que había sido padre de dos niños. Solo Marcia Lang es retratada como la verdadera villana de la historia.

Esta concentración de la atención en la inocencia y la culpabilidad no nos deja espacio para pensar sobre la solución futura de las relaciones después de que un secreto ha sido revelado. Cuando los entrevistadores de ambos programas estimulan a Chelsea Lang a condenar a su madre no se presta ninguna importancia al efecto que esto pueda tener sobre ella, ante una posible reconciliación con su madre. Los secretos son presentados sin pasado ni futuro y sin un marco de referencia social ni cultural.

Sobre todo, la televisión de tipo magazine pretende que las cosas sean simples. ¿Cómo vamos a pensar sobre un padre "psicológico" que claramente ama a sus niños y sin embargo está litigando en tribunales por la devolución de la cuota de alimentos? La contradicción nunca se consideró. ¿Y qué se puede decir de una mujer que hiere a sus niños al revelar el secreto y sin embargo parece haberles suministrado un padre que los ama? Marcia Lang es simplemente demonizada, y en ningún momento se nos invita a considerar las incongruencias.

La revelación auténtica en la televisión y en nuestra vida

Cuando en televisión se retratan secretos con elocuencia y delicadeza, como espectadores somos testigos de emociones complicadas: ansiedad, enojo, culpa, vergüenza, tristeza y alivio. Vemos relaciones marcadas por el afán de protección, por la traición, la desconfianza y la reconciliación. Se describen cuidadosamente los beneficios y las consecuencias de guardar y revelar secretos en cada individuo y en las relaciones, permitiéndonos reflexionar sobre tales resultados en nuestras vidas. Como en la vida real, las ambigüedades permanecen con posterioridad a la revelación de un secreto.

El documental *Ante tus ojos: el secreto de Angelie*, realizado en 1995 para la televisión, es un ejemplo de relato auténtico de un secreto en los medios. Angelie Dias, de 10 años, que cursa quinto grado en Júpiter, Florida, tenía SIDA. Hija de una madre drogadicta y nacida en Puerto Rico, Angelie y su hermanito fueron adoptados de bebés. Su hermano murió de SIDA cuando aún era bebé. Angelie y sus padres adoptivos guardaron su diagnóstico en secreto, tanto ante los adultos, como ante sus amiguitos, maestros y la comunidad en general. Sus padres nos permiten comprender cómo una decisión de guardar el diagnóstico como algo privado, hecho con el objeto de proteger a Angelie cuando era una niña pequeña, se convierte en un secreto nocivo en sus vidas.

Angelie nos cuenta conmovedoramente: "He guardado este secreto porque no quise perder a mis amigos".

Pero, de hecho, la familia se ha visto obligada a vivir con una

alta pared interpuesta entre ellos y los demás. Esa pared está constantemente penetrada por la ansiedad de ser descubiertos inesperadamente. Como dice la mamá de Angelie: "Tememos decirle a alguien y que esta persona no guarde el secreto". Si la familia decide revelar este secreto, reconocen que deben hacerlo ante la comunidad en su conjunto.

En una filmación que cubre alrededor de un año de la vida de Angelie, somos testigos de la lucha que entabla acerca de revelar o no su secreto. La película no es una recreación de los sucesos. El tiempo real que lleva tomar una decisión acerca de levantar un secreto de gran magnitud, está perfilado con intensidad. Los miedos de sus padres ante la revelación del mismo están entrelazados con el desgaste experimentado por mantenerlo. La madre de Angelie habla con agudeza sobre el dolor de tener que mentir a los amigos y en la escuela. Pero también se nos recuerda vívidamente que otras familias que han revelado este doloroso secreto han sufrido el asesinato de su perro, o el incendio de su casa, o han sido expulsados del barrio por los vecinos. Angelie y su mejor amiga, Jamie, "se cuentan todo", como lo hacen las mejores amigas a los 10 años; pero "todo" excluye la enfermedad de Angelie. Sus frecuentes ausencias a la escuela, con el objeto de seguir tratamientos, hacen que la profesora preferida de Angelie sospeche que algo anda realmente mal; pero, como muchas personas que presienten secretos importantes, prefiere no saber, y nunca pregunta.

Gradualmente Angelie toma su decisión, a lo largo del verano entre el cuarto y el quinto grado. La vemos durante una semana en el Campamento Heartland, para niños con HIV/SIDA, donde nadie tiene que disimular, en un absoluto contraste con las restricciones de la vida escolar. Como espectadores, se nos ayuda a imaginar un mundo donde el SIDA es una enfermedad para combatir y no un secreto para guardar.

Mientras Angelie reúne coraje en el campamento, se entera de otros niños que han tenido resultados muy positivos al contar su secreto. También habla con niños que experimentaron terribles consecuencias por la misma causa, incluyendo su máximo temor: perder a los amigos.

En escenas que sobre los secretos de nuestra propia vida resuenan dolorosamente, vemos a Angelie y a sus padres tratando de anticipar cómo responderá la gente, mientras se dis-

ponen a la primera revelación, ante sus amigos más cercanos. Las reacciones iniciales concretas confirman sus peores miedos. Los amigos están enojados. Toman distancia de la familia. Le cuelgan el teléfono a la mamá de Angelie cuando trata de explicar por qué guardaron el secreto. Los padres de Angelie son acusados de poner en riesgo a otros niños. Los padres de otros niños prohíben a sus hijos jugar con Angelie. Una madre trata de justificarse: "Nuestra hija no podrá jugar con otros niños si continúa jugando con Angelie". La madre de la mejor amiga de Angelie lleva a su hija para que le practiquen una prueba de HIV. Las circunstancias clínicas referentes a la transmisión del HIV son ignoradas por muchos. Vemos el dolor y el enojo de Angelie cuando su mejor amiga comienza a ignorarla. El prejuicio y la ignorancia que atizan el secreto del SIDA se muestran de una forma punzante.

Sin embargo, comienza a ocurrir algo más. El ministro de la familia los bendice desde el púlpito y exhorta a su congregación a dar una respuesta comprometida. El regente de la escuela da su apoyo a la familia y prepara el camino para que Angelie cuente su secreto a toda la escuela, por medio del circuito cerrado de televisión instalado en cada aula. Se prepara a los maestros con antelación y cuidadosamente. Como espectadores, se nos permite considerar la importancia fundamental que tiene el contexto en el que un secreto ha de ser revelado. El auspicio de Angelie y su familia por parte del sistema escolar y la determinación del regente de combatir a la intolerancia a través de la educación, hace una gran diferencia en el modo en que el secreto es recibido.

Con una dignidad y coraje que supera ampliamente lo esperable para sus 10 años de edad, y con el regente a su lado prestando su apoyo, Angelie finalmente cuenta su secreto. Sus compañeros de clase responden a su valor y presencia de ánimo en forma positiva. "Angelie, pienso que eres tan valiente", le dice una niñita. Otros se maravillan ante lo difícil que debió ser guardar este secreto.

Hubiera sido fácil finalizar con las respuestas honestas y empáticas de los niños; pero el film continúa explorando los múltiples y complejos efectos de revelar un secreto. En una reunión de padres y profesores, en la que Angelie y otros niños se encuentran también presentes, una fuerte mezcla de enojo, resistencias,

miedo, amistad, lealtad y responsabilidad se hallan presentes. Un padre demanda con enojo saber por qué la familia de Angelie tenía el derecho de guardar este secreto y continuar enviando a su hija a la escuela. El pediatra de Angelie responde que todas las personas con SIDA tienen derecho a la privacidad con respecto a su diagnóstico, e intenta situar esto en el contexto científico acerca de lo que se conoce sobre la transmisión del HIV; pero, obviamente, el padre no se muestra convencido. Las respuestas fáciles están decididamente ausentes, como ocurre a menudo en nuestras propias vidas, cuando nos esforzamos por delimitar las fronteras entre privacidad y secreto.

Como en la apertura de los secretos más importantes, las vidas de Angelie y de sus padres son más complicadas después de la revelación. Algunos niños van a su fiesta de cumpleaños, pero otros faltan. Pierde a su mejor amiga, pero dice que tiene "más amigos que nunca" desde que contó el secreto. La apertura de la familia los hace vulnerables ante un promotor encantador que quiere que Angelie sea su "niña de publicidad" para reunir fondos para su "cura" del SIDA. Otra niñita con SIDA de una ciudad vecina ve a Angelie en televisión y decide revelar su propio secreto, aun cuando ella y su papá habían sido forzados a abandonar su hogar en el Noreste, por su franqueza acerca del tema. Los vecinos responden con un apoyo inimaginable. Angelie toma parte en una caravana del campamento Heartland, que recorre la Costa Oriental, desde Nueva York a Florida, para hablar abiertamente sobre el SIDA con niños y jóvenes en escuelas e iglesias. Son evidentes las posibilidades que se abren para un movimiento social que desafía un contexto creado cultural y políticamente, en el que la vergüenza impulsa la ocultación. Angelie y otros compañeros de caravana se dan fuerzas recíprocamente para contar sus historias, para revelar sus secretos.

El film concluye con un comentario que invita a la reflexión: "Desde que Angelie reveló su secreto, el recuento de los linfocitos responsables de la inmunidad ha dejado de disminuir. Se siente bien". En tanto que, ciertamente, no hay una relación lineal entre la revelación del secreto y el bienestar de Angelie, quedamos con la sensación de que ella y su familia han alcanzado una forma de alivio más profunda, de la que hemos tenido el privilegio de ser testigos.

En contraste absoluto con la revelación de secretos en los talk shows, en la revelación auténtica los secretos son manejados de otro modo.

- Los secretos dolorosos se ventilan en un contexto de relaciones comprometidas.
- Responsabilidad, lealtad y obligaciones mutuas en las relaciones son los requisitos necesarios para una buena apertura de los secretos.
- El pasado, el presente y el futuro potencial de las relaciones son cuidadosamente considerados antes de decidirse a revelar un secreto.
- Se busca un apoyo fiable antes de dar a conocer un secreto.
- Se crea una atmósfera enfática y receptiva en la que contar el secreto.
- La atención que se presta al efecto sobre los demás corre pareja con la propia necesidad de hablar.
- Se respeta la privacidad saludable.
- Las cuestiones que contiene cualquier secreto no se resuelven simplemente al contarlo; la mejoría tiene lugar con el paso del tiempo, al tratar estos temas.
- Se respetan las fronteras de la edad apropiada para conocer ciertos secretos.
- Se estimula el coraje, tanto para contar como para escuchar.

La resolución positiva de los secretos requiere que desafiemos el modelo de revelación torpe de la televisión, la posición voyeurista y arrogante del oyente, y que construyamos en su lugar un modelo marcado por la revelación concienzuda y la escucha humilde; un modelo que asuma que somos testigos mutuos de la luchas de unos y otros con la verdad de nuestra vida.

Notas

1. Para un análisis exhaustivo de la historia del talk show televisivo y el contexto más amplio en el cual está inserto, véase J. A. Heaton y N. L. Wilson, *Tuning In Trouble: Talk TV's Destructive Impact on Mental Health.* San Francisco, Jossey-Bass, 1995.

2. J. Whitney, "Why I Simply Had to Shut Up", *New York Daily News*, 11 de junio de 1995, p.6.

3. El talk show televisivo es extremadamente rentable. Un show típico tiene un costo de producción de alrededor de 200.000 dólares por semana, comparado con el costo promedio de un millón de dólares por semana para una producción dramática. En 1992, por ejemplo, el show de Oprah Winfrey ganó 157 millones de dólares, el de Phil Donahue, 90 millones, y el de Sally Jessy Raphael, 60 millones (Heaton y Wilson, *Tuning In Trouble*).

4. *Newsweek*, 20 de marzo de 1995, p. 30; *The New York Times*, 12 de marzo de 1995, p. A22, y 14 de marzo de 1995, pp. A1, A10.

5. La tragedia asociada a este show en particular distrae nuestra atención de una dimensión importante de muchos de estos programas, que es la de que comúnmente alimentan los sentimientos de homofobia, racismo y sexismo. Véase Heaton y Wilson, *Tuning In Trouble*, para un análisis exhaustivo de este tema.

6. Whitney, "Why I Simply Had to Shut Up".

7. J.A. Heaton y N. L. Wilson, "Tuning In to Trouble", *MS. Magazine*, septiembre/octubre de 1995, vol. 6, nº 2, pp. 45-48.

8. Véase R. Cialdini, *Influence: How and Why People Agree to Things.* Nueva York, William Morrow, 1984 [*Influir en los demás.* Barcelona, José Manuel Sastre Vida, 1990] para un análisis referido a estudios sobre el consentimiento, que muestran que una vez que las personas aceptan participar en algo, a menudo continúan mucho más allá de lo que era su intención original.

9. Véase L. Armstrong, *Rocking the Cradle of Sexual Politics.* Nueva York, Addison-Wesley, 1994, para un minucioso análisis sobre el efecto que producen tales "expertos" en el talk show televisivo cuando el tema es el incesto. De acuerdo con Armstrong, dicha estructura trivializa el problema, que pasa de ser una cuestión con implicaciones políticas cruciales, a ser un asunto de opinión personal.

10. Jamie Diamond, "Life After Oprah", *Self*, agosto de 1994, pp. 122-25, 162; véase también Heaton y Wilson, *Tuning In Trouble*, para una crítica minuciosa de la calidad cuestionable de tal "contención posterior".

11. *Sally Jessy Raphael Show*, 29 de noviembre de 1994, "We Want Mom to Leave Her Cheating Husband"; transcripción de *Journal Graphics*.

6
Ocultar y revelar: elecciones y cambios

Así como la explicación
alivia a los niños
ante el relámpago,
la verdad debe encandilar gradualmente,
o todos quedarán ciegos.

EMILY DICKINSON

¿Quién es el dueño de mi secreto?: la historia de Damon

"Era un residente de psicología y daba mis primeros pasos en la práctica de la psicoterapia. Mi paciente trabajaba en el hospital donde yo me atendía. Se trataba de una persona difícil: provocaba confrontación, discutía y despreciaba. Pero en esa sesión de psicoterapia, después de varios meses de tratamiento, me tomó totalmente por sorpresa con lo que me dijo", manifestó Damon. "Todavía hoy, luego de tres años, puedo sentir el golpe y la angustia de ese momento."

La paciente de Damon había revisado la historia clínica de este. Sin permiso de nadie, simplemente la había buscado en el ordenador del hospital. Cuando comenzó su siguiente sesión de psicoterapia, le echó una mirada astuta y dijo: "¿Cómo van sus células T?". La paciente de Damon había revelado abruptamente el secreto que él había elegido guardar durante su práctica como residente: que era HIV positivo. Con una rotunda desestima por su privacidad o por los límites de su relación, reclamaba la posesión de un secreto que no le pertenecía.

En tanto que ya no era posible contemplar la continuación de una terapia, la mujer amenazó con dar a conocer el secreto de Damon si interrumpía el trabajo con ella. "Era como ser chantajeado por una persona muy perturbada", expresó Damon. "Sentí que no podía ni siquiera contarlo a mi supervisor, porque había entrado al programa guardando este secreto. Me vi obligado a trabajar con esta mujer durante casi un año, sintiendo que era mi carcelera."

Una mañana de verano, cuando Damon y yo comenzábamos una conversación sobre los secretos, súbitamente trajo esta dolorosa historia. Lentamente, comenzó a recordar otras aterradoras decisiones de su vida, relacionadas con ocultar y revelar, y que demandaron coraje.

Damon fue el menor de tres niños, y creció en un país donde ser diferente de la mayoría podía colocar a esa persona en un peligro extremo. Las leyes contra la homosexualidad, combinadas con los tabúes familiares, religiosos y culturales, convertían a la decisión de hacer pública su homosexualidad en algo enormemente complejo. Como la mayoría de los homosexuales, Damon pasó la niñez y la adolescencia manteniendo el secreto de "sentirse diferente".

Antes de contarlo a alguien, necesitaba decirse el secreto a sí mismo. "Primero, lo escribí en mi diario; codificado, como te puedes imaginar. Estaba aterrorizado de que alguien lo descubriera. Luego, hice un par de intentos de decírselo a alguno que otro terapeuta. El primero me respondió con un rotundo silencio y luego cambió de tema. Sentí que había dicho algo que no debía. Tentativamente le dije a un segundo terapeuta que creía que podría haber tenido, alguna vez, fantasías homosexuales. Cuando sentí su desaprobación, volví a la semana siguiente y le dije que no era verdad. Me miró y me dijo: 'Bien'."

Durante mucho tiempo Damon se sintió completamente solo. Como muchas personas que se debaten con secretos que llegan a lo más íntimo de su ser, Damon necesitó conocer a muchos otros homosexuales para comenzar a sentirse cómodo en el mundo. Con este apoyo, luego de cumplir 20 años comenzó a decírselo a la familia y a los amigos. "Decidí contarlo a la gente, uno por uno, durante un par de días. Les dije a todos, excepto a mis padres", manifestó Damon. Durante este proceso, la hermana le dijo: "No se lo cuentes a mamá y a papá. Pue-

des cambiar, nunca se sabe. ¿Para qué preocuparlos?". Eso era todo lo que Damon necesitaba oír. "En el momento en que ella justificó el miedo que yo sentía, decidí no contarles", agregó.

Pasaron varios meses antes de que la madre de Damon se acercara para enfrentarse con su secreto. Amablemente le contó acerca de otro joven homosexual que ella conocía y le preguntó si alguna vez se había sentido así. Mientras hablaban, sin embargo, le aconsejó que no lo contara a demasiada gente y que de ninguna manera se lo contara al padre.

El proceso de revelar el secreto de su homosexualidad a las personas más importantes de su vida le llevó a Damon cerca de un año. Como es el caso de muchos secretos, la incomodidad que su decisión produjo en los demás los condujo a realizar intentos de controlar la información. Damon oyó muchas versiones de "No le cuentes ni a este ni a aquel", que profundizaba la ambivalencia que sentía al considerar la posibilidad de revelar su secreto. Una hermana mayor que dice: "No le cuentes ni a papá ni a mamá", o una madre que manifiesta: "No le digas a tu papá", confunde con facilidad la pregunta sobre de quién es el derecho de revelar un secreto. Contarle finalmente a su padre le llevó a Damon muchos meses más y gran cantidad de coraje. "Tuve que recordarme a mí mismo que él era mi papá y, al mismo tiempo, el esposo de mi madre, y que cada una de estas relaciones era vital y merecía respeto", me confió Damon. Cuando finalmente pudo referirle su secreto al padre, este se esforzó por aceptarlo. Y se sintió bastante ofendido por ser el último en conocerlo.

Pasaron algunos años antes de que Damon tuviera que tratar con las decisiones que rodeaban un segundo secreto: el de su diagnóstico positivo de HIV. En 1985, en el curso de los estudios para diagnosticar la causa de sus ganglios inflamados, un médico llevó a cabo la prueba de HIV sobre la sangre de Damon, sin su autorización ni conocimiento.[1] Varios prestadores de salud que atendían a Damon y líderes religiosos que tenían algún papel en su vida fueron informados *antes* que él mismo. Presagiando el descubrimiento furtivo de su enfermedad, que su paciente realizaría al abrir su historia clínica muchos años después y a miles de kilómetros de distancia, el médico de Damon le advirtió por entonces que sería conveniente que se lo contara a su madre, ya que ella trabajaba en la misma institución médica y tenía probabilidades de descubrirlo por sí misma.

La madre de Damon respondió con solicitud e interés. Sin embargo, una vez más imploró: "No le cuentes a tu papá. La noticia lo matará. Podrías vivir más que él. Quizá nunca necesite saberlo". Esta vez, el secreto permaneció únicamente entre Damon y su mamá, durante muchos años.

"Se convirtió en un secreto incluso para mí", me dijo Damon. "Simplemente lo reprimí". Al hacerlo, pagó un precio enorme. Damon, que era un hombre cálido y solícito, comprometido profundamente con los demás y con la vida, se volvió silencioso, distante, frío y hermético. Levantó una barrera entre él y sus amigos y perdió interés por la vida. Finalmente, una nueva relación hizo necesario que reconsiderara su secreto y que comenzara a hacerlo conocer a los demás. Los amigos cercanos, que pensaron que los había dejado de querer, comprendieron inmediatamente sus años de silencio. Pero cuando les contó a sus hermanos, estos respondieron: "No le digas a papá y, por favor, tampoco les cuentes a nuestros niños. Te quieren tanto... déjalos disfrutar su infancia".

"Decidí contárselo finalmente a mi padre cuando me di cuenta de que si iba a tener una relación verdadera con él, tenía que saber", me refirió Damon. Esta vez el padre se sintió realmente molesto y enojado con todos aquellos que habían insistido en que no se lo contara. La respuesta que dio a Damon fue: "He sobrevivido la Segunda Guerra Mundial. Seguramente puedo arreglármelas con cualquier cosa que tengas que decirme".

Me pregunté junto con Damon por qué todos en la familia habían querido mantener al padre al margen de ambos secretos. No se trataba, como se podría sospechar, de que su padre fuera especialmente vulnerable o intolerante, sino más bien, de que su padre era el más expresivo y directo de la familia, en lo que se refiere a las emociones. Que su padre lo supiera significaba que los adultos de la familia de Damon tendrían que enfrentarse cara a cara con la información.

La familia, no obstante, vivía muy lejos. Durante largo tiempo, Damon vivió bien con su decisión de contar el diagnóstico de HIV a las personas que amaba y que se interesaban por él, en tanto que mantuvo el secreto en su lugar de trabajo. Sin embargo, después que su paciente violara la confidencialidad de su historia clínica, Damon tuvo que luchar con la escurridiza frontera entre secreto y privacidad. "A pesar de que mi diagnóstico no era, por supuesto, asunto de nadie en mi trabajo, me

di cuenta de que mantenerlo en secreto me volvía vulnerable a la posibilidad de ser objeto de chantaje", me confió Damon. "Si pudiera ser franco al respecto, nunca más nadie tendría poder para retenerme como rehén, utilizando mi enfermedad."

Damon se preparó concienzudamente para las diversas respuestas posibles que podría obtener su revelación. No obstante, hubo ciertas sorpresas. Algunas personas desaparecieron de su vida. Otras, al recibir la noticia, cambiaron rápidamente de tema, como si no hubieran escuchado lo que Damon había dicho. Unas pocas demandaron cuidado emocional, en vez de ofrecerlo. Otras se comportaron con él mejor que lo que nunca lo habían hecho hasta ese momento, con el consiguiente asombro de Damon. La mayoría fue espléndida, contenedora y solícita, actuando a partir de las necesidades de Damon.

A medida que iba contando y enfrentando las diferentes reacciones, Damon encontró más coraje, y tomó la decisión de hacer una presentación relacionada con HIV/SIDA, en una reunión nacional de profesionales, detallando su propio recorrido, desde el secreto hasta su apertura. Como con muchos secretos, el complejo viaje no ha llegado a destino. "No se trata sólo de una liberación, y todo pasó", declaró Damon. "Existe una presión social enorme para transformarlo nuevamente en secreto en algún nuevo contexto."

Al presente Damon lucha con el dilema de contarle a su sobrina, que ahora tiene 18 años. Sus padres le han pedido que no se lo diga. Cuando ella lo visita, Damon esconde la medicación. Ella sabe que es homosexual, pero ninguno de los dos menciona el HIV. La sobrina presencia cómo su padre, el hermano de Damon, llora cada vez que se despiden, al finalizar la visita. Este dice: "Es evidente que no podré tener una relación adulta auténtica con mi sobrina, a menos que ella sepa. Se me hace menos claro discernir quién tiene el derecho de decidir si debo contárselo".

La decisión de ocultar o revelar un secreto

La historia de Damon nos coloca en el centro del complejo proceso de toma de decisiones acerca de ocultar o revelar un secreto. La reflexión sobre varias preguntas clave puede ayudar en este proceso.

¿Quién es "el dueño" de un secreto?

Cuando usted guarda un secreto que *en primer lugar* y *esencialmente* se refiere a su vida, entonces usted es el propietario del secreto, y las decisiones de guardarlo o revelarlo le conciernen con pleno derecho.

Siempre es importante pensar sobre los efectos que tendrá sobre otras personas ocultarlo o revelarlo. Sin embargo, cuando un secreto verdaderamente le pertenece no necesita permiso de nadie para sacarlo a la luz. Si usted siente la necesidad de un permiso, podría ser la señal de que, o el secreto no le pertenece o usted está atrapado en una red de relaciones que debe ser revisada. Si su mejor amiga le cuenta que está por quebrar financieramente, el secreto no le pertenece a usted. Por el contrario, si es usted el que está por quebrar, no necesita el permiso de su hermana para contárselo a su padre.

Decidir acerca de revelar un secreto a menudo provoca mucha ansiedad. La visión anticipada de quién aprobará y quién desaprobará pueden interferir en su decisión. Estas imágenes son una buena indicación de que usted necesita trabajar para disminuir la ansiedad en la red de sus relaciones, *antes* de revelar el secreto.

Mientras que los adultos realmente no necesitan de la aprobación de nadie para poder vivir su vida con integridad, la mayoría de nosotros queremos y necesitamos la aceptación de las personas que amamos. El riesgo palpable de perder la aceptación de aquellas al revelar un secreto, a menudo entra en conflicto con los sentimientos de soledad que aparecen cuando lo guardamos.

Usted tampoco necesita sentirse presionado a guardar un secreto porque otras personas insistan en que no lo cuente. Con frecuencia la gente reclama la posesión de un secreto que realmente no le pertenece, revelándolo sin tener el derecho ético de hacerlo, o insistiendo en que usted mantenga silencio sobre un secreto que es de su incumbencia.

Tendrá que pensar cuidadosamente si es el único dueño de un secreto, como Damon con su homosexualidad, o si comparte su posesión con otros, como en el caso del nacimiento de un niño por inseminación artificial.

¿Quién tiene el derecho de saber?

El contenido de ciertos secretos afecta lo más íntimo de la vida de otras personas. Los secretos sobre los orígenes (incluyendo paternidad, adopción y las nuevas técnicas reproductivas), los secretos sobre diagnósticos médicos que pueden requerir la toma de decisiones fundamentadas, sobre opciones de tratamiento o cuidados preventivos, y los secretos relacionados con enfermedades terminales, todos ellos involucran el *derecho* de otra persona *a la información*. En tanto que secretos como estos tienen poderosas implicaciones sobre las relaciones, pertenecen, en primer lugar, a la autonomía de aquella. Cuando estos secretos se mantienen ocultos ante la persona cuya vida se ve afectada directamente, quien guarda el secreto se coloca en una posición arrogante, diciendo, en efecto: "Yo sé qué es lo que conviene que sepas, aun en lo que se refiere a tu vida". Si usted está guardando un secreto de este tipo, necesitará prepararse para un rapto *inicial* de profundo enojo, cuando lo revele. Necesitará prestar atención y respetar estos sentimientos, con el objeto de comenzar el complejo proceso de integrar el secreto a su relación.

¿El bienestar de quién se ve afectado?

Mientras que usted puede ser ciertamente el único dueño de un secreto, guardarlo o revelarlo puede afectar el bienestar de muchas otras personas. Mantener ciertos secretos puede poner en peligro a otros. Si bien una persona puede ser la dueña del secreto de su condición de HIV positivo, la salud de su compañero sexual está en riesgo cuando se lo oculta.

Algunos secretos convierten en incapacitadas a las personas con quienes usted se relaciona. Si otros no pueden utilizar los recursos que necesitan, o no pueden tomar decisiones adecuadas porque usted les escatima información, es tiempo de que considere cómo revelarles el secreto. Si las personas por quienes usted se preocupa están viviendo sobre la base de un conjunto de premisas que usted sabe que son falsas, entonces, guardar el secreto rompe una confianza fundamental.

¿Qué relaciones se ven obstaculizadas por un secreto?

Usted puede ser el dueño de un secreto que quizá no afecte directamente la salud física o mental de otra persona, o su capacidad para tomar buenas decisiones. No obstante, puede encontrar que las relaciones están afectadas negativamente. El secreto de Damon sobre el HIV le pertenece. El bienestar de su sobrina no está particularmente afectado por el secreto. La posibilidad de Damon de tener una relación auténtica con ella, sin embargo, se ve obstaculizada por el secreto.

Para considerar el efecto en una relación determinada del secreto que usted está guardando, formúlese dos preguntas: ¿Qué efectos tiene sobre nuestra relación el guardar este secreto? ¿De qué modo cambiaría nuestra relación si revelara este secreto?

Al examinar la cuestión de a quién pertenece un secreto en particular, sus efectos sobre los demás, y sus efectos sobre las relaciones, comenzará a entrever que no existe una fórmula simple para tomar su decisión, ni garantía de que estará libre de riesgo al revelarlo. Los secretos se alojan en una compleja geometría. Revelar un secreto que hasta ese momento tenía un efecto negativo sobre alguien a quien usted ama, puede, por cierto, colocar por algún tiempo a la relación en una zona de turbulencia.

¿El secreto viola los supuestos compartidos en una relación?

Las relaciones íntimas, ya sea entre cónyuges, amantes o amigos cercanos, están basadas sobre supuestos compartidos sobre qué ocurrirá y qué no, en la relación. Algunas veces, estas premisas son formuladas claramente, pero a menudo tienen una existencia implícita. En América del Norte los esposos, mayoritariamente, esperan la monogamia, lo hayan tratado o no. Los mejores amigos a menudo dan por sentado que los mutuos secretos estarán a buen resguardo y que ninguno de los dos ocultará cuestiones relevantes.

Cuando un secreto viola estas premisas compartidas, la persona que se encuentra al margen del secreto sigue viviendo con expectativas que no tienen validez. Si cree que usted y su cónyuge, abierta y honestamente comparten cuestiones de dinero,

pero este guarda un importante secreto sobre las finanzas, usted basa sus acciones en una premisa falsa. Este tipo de mantenimiento del secreto, a menudo basado en la arrogancia, le impide a otra persona "jugar el juego de la vida con todas las cartas sobre la mesa".

Tales secretos se mantienen a menudo porque aquel que los guarda percibe, acertadamente, que darlos a conocer provocará reacciones de enojo. Si usted mantiene un secreto que priva a alguien de información clave, que necesitaría para tomar una decisión acertada, probablemente está violando premisas compartidas en su relación.

¿Cómo afecta su conducta el mantener un secreto?

¿Guardar el secreto demanda cantidades de energía que podría dedicar a otros propósitos? ¿El secreto ha sitiado su vida, requiriendo tal grado de cautela y de vigilancia que su espontaneidad se ve sacrificada? ¿Evita tocar temas que remotamente podrían rozar el contenido de su secreto? ¿El secreto lo ha conducido a negar lo que realmente está ocurriendo en su vida? ¿Se está usted distanciando de las personas de las que quisiera estar cerca? ¿El secreto lo lleva a mentir y erosiona la confianza en las relaciones importantes? ¿Su vida se encuentra marcada más profundamente por el engaño que por la autenticidad? Las respuestas a estas preguntas lo pueden ayudar a ver el impacto que produce en su vida un secreto determinado. Cuando un secreto comienza a distorsionar *lo que usted genuinamente quiere ser*, entonces es tiempo de considerar el modo de cambiar la situación cuidadosamente.

Motivos complejos: crear y guardar secretos

Cuando conocí a la familia Katziki, me sentí desconcertada por la intensidad con que Faye Katziki reaccionaba ante la conducta, aparentemente común, de su hija Elena. Lo que ante mí aparecía como una variedad totalmente benigna de travesura adolescente, consistente en ser descubierta fumando en el baño de niñas, maquillarse los ojos y, más recientemente, volver una hora más

tarde del baile de la escuela, había llegado a convertirse en la base para una guerra entre Faye y su hija de 14 años. En nuestra sesión inicial, el esposo de Faye, George, expresó confusión acerca de lo que estaba ocurriendo en su familia. "Elena es nuestra hija única", expresó. "Faye y Elena se han llevado siempre tan bien, pero este último año parece que todo lo que hace Elena incomoda a mi esposa". Mientras George hablaba, Faye dejó caer la cabeza, mostrándose más avergonzada que enojada.

Les pregunté a los Katziki sobre sus familias extensas, tal como lo haría en cualquier reunión inicial con una familia. George prestamente me habló de sus padres, que vivían en la zona. Los Katziki padres eran inmigrantes griegos, a quienes les había ido muy bien, y eran extremadamente cariñosos y generosos con todos sus nietos. "Debo decir que Elena es la favorita", comentó George. "Y ellos aman mucho a Faye. Están muy preocupados por todas estas peleas. Mi madre trata de calmar a Faye, pero eso no parece ayudar."

Cuando me dirigí a Faye para averiguar sobre su familia, pude sentir que crecía la tensión en la habitación. George se acercó a Faye y le pasó el brazo suavemente sobre los hombros, cuando comencé con mi pregunta. "No veo a mis padres", respondió Faye quedamente. Cuando traté de descubrir el motivo de esto, Faye agregó: "No quiero hablar sobre eso, si me disculpa". Mientras Faye hablaba, Elena comenzó a moverse en su silla. Un momento después, Elena dijo: "Tengo dolor de cabeza ¿Podríamos terminar por hoy?". Si bien madre e hija se peleaban a menudo, Elena sabía cuándo era el momento de proteger a su madre. En las dos sesiones siguientes, presencié la repetición de este mismo esquema. Faye comenzaba la sesión, lamentándose acerca de alguna conducta de Elena; madre e hija discutían; George se mostraba apenado y expresaba confusión; y toda vez que yo intentaba formular alguna pregunta que sólo remotamente aludiera a la vida de Faye, Elena venía a rescatarla con una cantidad de distracciones. ¿Qué ocurría aquí? Debería hacer varios intentos fallidos de bajar los decibeles entre Faye y Elena antes de poder enterarme.

Al final de nuestra cuarta reunión, Faye me preguntó si podría verme a solas. "Pregunté a mi esposo y a Elena si les importaría y me dijeron que no tenían inconveniente", manifestó Faye. Acepté.

Faye vino a la entrevista con una apariencia de agotamiento y mucha tristeza. "Si esto no lo hablo con alguien, no sé qué voy a hacer", comenzó diciendo. Escuché sin interrumpir el relato del secreto de Faye, que producía sus intensas reacciones con Elena. Las lágrimas rodaron por sus mejillas mientras hablaba. "Mi esposo no lo sabe, mis suegros tampoco; Elena, ciertamente, no lo sabe. Quedé embarazada cuando tenía 15 años. Mis padres me enviaron a un hogar para madres solteras y me obligaron a dar el bebé en adopción. Tuve un hijo; no me permitieron siquiera verlo. Debe tener ahora 25 años. Pienso en él todos los días. Y esto es más fuerte que yo; tengo que evitar a toda costa que esto le suceda a Elena.

Con delicadeza, comencé a preguntar a Faye sobre lo que le había ocurrido como adolescente. Sus padres eran muy tradicionales, muy estrictos. Y, dentro del esquema típico, cuanto más restringían a Faye, más se las arreglaba ella para encontrar el modo de transgredir las normas. No se hablaba de sexo en su familia. Sus tres hermanos mayores tenían todos novia, pero a ella no le permitían salir con un muchacho. No obstante, cuando un muchacho bien parecido, alumno del último año del secundario, le demostró interés, encontró el modo de verlo, diciéndoles a sus padres que iba a la casa de su mejor amiga. Cuando Faye quedó embarazada, estaba tan aterrorizada que no lo contó a nadie durante cinco meses. Cuando sus padres lo descubrieron, se pusieron furiosos. Su padre la llamó puta. El sacerdote de la familia la hizo trasladar a otro lugar para que pasara allí el resto de su embarazo. Cuando Faye volvió, nunca más se habló del incidente. Después de terminar la escuela secundaria, Faye se fue de su casa y no volvió más.

"Después que conocí a George y me enamoré, me di cuenta de que nunca podría contárselo", dijo Faye sollozando. "Me siento tan confundida. No dejo de pensar que mi hijo podría aparecerse por mi casa. Me gustaría, ¿pero qué ocurriría con mi vida?"

Lentamente comencé a relacionar las reacciones de Faye ante la conducta de Elena con lo que había ocurrido en su propia vida. A medida que Elena se acercaba a la edad en que Faye había quedado embarazada, Faye comenzó a vigilarla en exceso. En tanto le permitía a Elena salir con muchachos, cosa que sus padres le habían prohibido, lo concedía acompañándolo con un mensaje de amenaza inminente. La vida diaria de Faye era ahora un remolino

de miedo y ansiedad. ¿Se presentaría su hijo secreto algún día de improviso? ¿George la abandonaría si descubriera la verdad? ¿Elena quedaría embarazada? Cuando terminó la entrevista de ese día Faye dijo: "No puedo seguir viviendo de este modo". Le respondí que trabajaríamos sobre las maneras de cambiar su circunstancia.

Mantuve varias entrevistas con Faye a solas. A medida que hablábamos sobre su vida y ella sentía más compasión en lugar de juzgar con severidad, comenzó a reaccionar ante Elena con mucha más moderación. Mientras su propia vergüenza cedía, se acercaba al momento de explorar la posibilidad de revelar su secreto. "Me siento lista para contárselo a George", manifestó Faye, "pero me produce mucha confusión decírselo a Elena, y no quiero que mis parientes políticos lo sepan". Le respondí a Faye que, de acuerdo con mi experiencia, la mejor manera de revelar los secretos era paso a paso.

Contárselo a su esposo no significaba que tuviera que contárselo a alguien más. Sin embargo, aunque este secreto era suyo, hasta cierto punto también le pertenecía a Elena; esta tenía un hermanastro en alguna parte. Yo confiaba que llegaríamos a este punto una vez que Faye le contara el secreto a su esposo. Había detectado que George era un esposo amante y comprometido, y prácticamente no tenía duda de que encontraría alguna manera de aceptar su secreto.

Preparé a Faye para que contara a George todas las historias que me había relatado a mí. La primera respuesta de George fue de alivio: "Supe todo el tiempo que había algo que Faye me ocultaba, relacionado con su familia", me dijo cuando nos encontramos en la entrevista siguiente a la revelación del secreto. "Jamás comprendí del todo por qué nunca veíamos a sus padres. Ni siquiera vinieron a nuestro casamiento. Pensé que quizás habrían abusado de ella sexual o físicamente. No sabía qué pensar. Quería respetar su privacidad, pero siempre quise que confiara en mí lo suficiente como para contarme. Ella pensaba que yo no la amaría más, pero eso nunca ocurrirá."

Durante el tiempo en que trabajé con los Katziki, George convenció a Faye para que confiara su secreto a Elena. Para evitar que Elena quedara en una situación en que tuviera que ocultar la verdad ante sus abuelos, también les contaron a los padres de George, que dieron una respuesta positiva. Traté de interesar a Faye para que restableciera la relación con sus padres, pero ella se negó.

Los secretos se mantienen o se revelan por una red de numerosos motivos intrincados y complejos, que van desde abusos de poder al servicio propio, hasta la altruista protección de los demás. Explorar los motivos por los que un secreto fue creado y mantenido puede ayudar a decidir si es hora de revelarlo y el modo de hacerlo.

¿A quién estoy protegiendo?

Un secreto puede protegerlo a usted, a otra persona y/o a una relación. Usted puede decirse que un secreto existe solamente para proteger a otra persona. Cuando comienza a preguntarse qué cambiaría si revelara el secreto, puede llegar a descubrir que también se está protegiendo a usted mismo.

Cuando repite para sí: "Nunca podría decírselo a papá", ¿está protegiendo a su padre de saber algo que usted cree que no podría manejar? ¿Dónde se origina la idea de que esta información lo superaría? Busque cuidadosamente las excepciones al mito de que papi se "moriría" si lo supiera. Usted podría descubrir que, en realidad, se está protegiendo a sí mismo de las reacciones de su padre o de las de su madre, cuando se enterara de su decisión de decírselo a papá.

Usted puede temer que una relación explote si revela un secreto. Faye, por ejemplo, estaba segura de que perdería a George si él supiera su secreto. ¿Pero qué ocurre con la relación cuando se *mantiene* el secreto? ¿Resulta intensificada por este? ¿Se vuelve enquistada con mentiras? ¿O se va disolviendo porque el secreto requiere más y más distancia?

Cuando se invoca la protección emocional de sí mismo, de los demás, o de las relaciones, como motivo para mantener un secreto entre los adultos, es un buen signo de que hay que ocuparse de algunos aspectos de la relación antes de que el secreto sea revelado.

¿Me intimidan para que guarde silencio?

Algunos secretos se guardan por miedo y amenazas. Si usted quisiera revelar un secreto pero vacila porque está abrumado por el miedo a las consecuencias, antes de dar cualquier otro paso necesita establecer un apoyo en el que pueda confiar.

Cuando una persona se siente intimidada para guardar silencio, en forma correlativa otra persona está abusando o haciendo mal ejercicio del poder, para reafirmar el secreto en una relación. Este poder puede incluir amenaza física, potencial ruina financiera o profunda coerción emocional. Dado que las personas rara vez deponen el poder fácilmente, los secretos que se mantienen por los desequilibrios del poder muy a menudo se revelan cuando la persona que se encontraba intimidada decide que es tiempo de correr el riesgo.

En el caso de secretos peligrosos, los que incluyen daño físico, quien guarda el secreto a menudo está paralizado por el miedo, ya que hablar puede provocarle mayor daño. La revelación de estos secretos requiere, primeramente, que se planee la seguridad, incluyendo, a veces, protección policial y otro lugar para vivir.

¿No sé bien cuándo debo hablar?

Muchos secretos que surgieron para tener una corta vida, se mantienen luego indefinidamente, debido a la incertidumbre acerca del momento correcto para contarlo. Si, por ejemplo, un padre guarda un secreto ante su hijo pequeño, ¿cuándo es este lo "suficientemente grande" para oírlo? O el secreto surge durante un tiempo de crisis familiar y nadie lo revela luego de que la tormenta ha pasado, temiendo que al hacerlo, pueda resucitar nuevamente la crisis. Tales dudas y confusiones generalmente prolongan el statu quo.

¿Guardo un secreto porque me siento demasiado avergonzado para contarlo?

Compartir un secreto a menudo demanda enfrentar la vergüenza.[2] Vivimos en un tiempo en que las voces conservadoras hablan sobre "la necesidad de recuperar la vergüenza", con el objeto de controlar la conducta de las personas, particularmente en el campo del sexo y del abuso de sustancias estupefacientes. En mi propia experiencia, por ser testigo de las luchas de las personas con sus secretos, compruebo que la

vergüenza está demasiado viva y fuerte, con frecuencia motivando la conducta misma que vulgarmente se relaciona con la falta de vergüenza.

Debido al hecho de que experimentar vergüenza puede ser tan penoso y extenuante, muchas personas prefieren negarlo, guardando secretos. Paradójicamente, cuanto más tratamos de huir de la vergüenza por medio de secretos, más avergonzados nos sentimos. La vergüenza y ciertos secretos se retroalimentan: cuanto más vergüenza, más secreto; cuanto más secreto más vergüenza.

Motivos complejos: revelación de secretos

Así como existen variadas y complicadas razones para crear y guardar un secreto, del mismo modo, los motivos para revelar un secreto pueden variar desde la venganza, por un lado, hasta el deseo genuino de reparar relaciones, por el otro, con muchas otras razones entrelazadas.

¿Voy a revelar el secreto por enojo?

Introducir en una relación información previamente ocultada es un acto fuerte. Algunos secretos se cuentan en un rapto de enojo, o con el deseo de venganza. Si usted va a revelar un secreto que con todo derecho pertenece a otra persona, puede que esté actuando con enojo, aun cuando se diga a sí mismo que lo está haciendo "por el bien de alguien".

En la obra de teatro *Señora Klein*, la hija de la famosa psicoanalista Melanie Klein cuenta el secreto del suicidio de su hermano, con la intención deliberada de causar una gran pena a su madre, a quien guarda rencor por todas las ofensas que siente haber recibido en su vida. Revelar el secreto se convierte en un arma para quedar a mano.

Cuando un secreto se convierte en la prenda de un juego de multiplicación de enojos, la revelación del secreto tiene más probabilidad de dañar que de reparar la relación.

¿Voy a revelar el secreto con el objeto de dividir lealtades?

Es fácil utilizar la revelación de un secreto a un miembro de su familia con el objeto de enemistarlo con otro miembro de la misma. Cuando Alan, un padre divorciado, reveló el secreto de la aventura amorosa de su ex mujer a su hijo adolescente, Bruce, lo hizo deliberadamente para erosionar la lealtad de este para con su madre, aun cuando lo racionalizara como un simple deseo de mantener una relación abierta con su hijo.

¿Voy a revelar el secreto con el objeto de sacarme un peso de encima y pasárselo a otra persona?

En mi práctica terapéutica con parejas, he visto con frecuencia que un cónyuge le cuenta al otro sobre una aventura, no por un deseo genuino de reparar la relación, sino "porque no podía soportar por más tiempo la culpa de que ella o él no lo supiera". Cuando el secreto sobre una aventura se descubre de este modo, el protagonista del suceso a menudo quiere que la revelación del secreto sea, al mismo tiempo, la última conversación sobre el tema.

Cuando usted se imagina revelando un secreto importante y la escena que fantasea es de un gran alivio propio, acompañado por la aceptación total y absoluta de la otra persona, sin otro trabajo posterior, reconózcalo como una señal de alarma. Pregúntese a usted mismo en qué medida se encuentra motivado por el deseo de aliviar su propio sentimiento de culpa, a costa de otra persona. El resultado, casi seguro, será más complejo que el que anticipa.

¿Voy a revelar un secreto porque me creo con autoridad moral para hacerlo?

Algunas personas creen que son las dueñas de la verdad y que los secretos deben ser dados a conocer, sin tener en cuenta las consecuencias sobre los demás. En la obra de Ibsen *El pato*

salvaje, Gregers se atribuye la misión de "librar" a su viejo amigo Hjalmar de su "autoengaño". Sin consideración por los resultados, Gregers revela brutalmente a Hjalmar que la hija que tanto ama no es suya y que fue embaucado para que se casase con su esposa, que ya estaba embarazada. El padre biológico es, en realidad, el padre de Gregers. La motivación de Gregers, en este caso, es su propio afán vengativo, al que le pone el rótulo de "contar la verdad". En *El pato salvaje,* esta revelación nacida de un sentido de superioridad moral conduce a la tragedia. Sin dar ninguna explicación a su hija, Hjalmar la rechaza. Desolada por la inexplicable pérdida del amor de su padre, ella se suicida.

En tanto que este ejemplo puede parecer extremo, ilustra, ciertamente, el hecho de que la revelación de un secreto, realizada con la convicción de que usted sabe lo que los demás deben saber, es tan problemática como guardarlo por la misma razón.

¿Quiero revelar un secreto con el objeto de recuperar mi propia integridad y sentido de equilibrio?

Vivir con ciertos secretos puede hacerle sentir que está viviendo una mentira. Una especie de laringitis psicológica puede capturar su voz, y sólo al revelar el secreto quedará capacitado para intentar recuperarla. Como muchos secretos pueden cobrar un alto precio, en cuanto al modo como nos percibimos a nosotros mismos, usted puede necesitar dar a conocer un secreto para restablecer su propio sentido de identidad, en tanto que persona honesta, sincera y genuina.

Tanto el revelar secretos para aliviar el sentimiento de culpa, como para recuperar la integridad, puede, inicialmente, ser motivado por un deseo de alivio. Cuando damos a conocer un secreto simplemente para borrar el sentimiento de culpa, esperamos que el alivio sea inmediato y definitivo. Revelar secretos para recuperar nuestra integridad involucra el reconocimiento de que al hacerlo, estamos recién en el comienzo, y el compromiso de tratar honestamente todos los temas que surgen una vez que el secreto deja de ser tal.

¿Quiero revelar el secreto porque verdaderamente creo que la información pertenece a otra persona o que mejorará la vida de otra persona?

El contenido de un secreto puede involucrar el punto central de la identidad de otra persona. Usted puede decidir que un secreto pertenece a otra persona y que esta tiene derecho a ser informada. Usted también puede decidir que revelar un secreto que está incrustado en la historia de su familia le permitirá a los miembros de esta, vivir una vida más plena e informada.

Cuando Alyse Butler vino a verme, estaba luchando con la disyuntiva de si debía revelar o no a su hermano Kyle un secreto que ella conocía desde hacía muchos años. El padre había muerto en 1968. Alyse tenía 17 años en aquel entonces y Kyle, 10. Se les dijo a los chicos que había tenido un ataque cardíaco. Alyse sospechaba que su padre, que había sufrido de depresión por varios años, se había suicidado. Buscó la verdad con persistencia. La madre insistía en que había muerto en forma natural. Cuando Alyse tenía 20 años, sus sospechas fueron confirmadas por su tía paterna, quien le hizo jurar que mantendría el secreto. "Mi tía dijo: 'Nunca se lo debes contar a Kyle; idolatra a su padre.' Hasta el día de hoy he obedecido su mandato" manifestó Alyse. "Pero ahora veo a Kyle tan preocupado por su propia salud, tan temeroso de que morirá de un ataque cardíaco. La esposa se está volviendo loca; se opone a tener hijos porque está convencido de que morirá y los abandonará. En los últimos años, se ha estado tomando el pulso constantemente, así como la presión sanguínea, y corriendo al médico ante cada pequeña cosa."

Mientras escuchaba, me resultó claro que, a medida que Kyle se acercaba más y más a la edad en que su padre murió de un supuesto ataque cardíaco, más temía que también él pudiera morir de una muerte prematura. Necesitaba la información faltante sobre la vida y muerte de su padre, con el objeto de vivir bien su propia vida.

Confirmé la intuición de Alyse y le manifesté que la promesa que hizo a su tía cuando Kyle tenía 13 años tenía el objeto de protegerlo. Guardar al presente la misma promesa, de hecho, lo perjudicaba. Le dije que no pensaba que necesitara el permiso de su tía para revelar el secreto, pero que, por respe-

to, debería hacerle saber a la tía su nueva decisión. Alyse respondió que quería traer a su hermano a terapia para revelar el secreto.

En una sesión con Kyle, Alyse le contó lo que sabía sobre el suicidio de su papá. El quedó anonadado y, muy enojado, en principio, de que se lo hubieran ocultado. Alyse explicó la promesa que había hecho a su tía y la confusión posterior acerca de quién tenía el derecho de saberlo. La negativa de su madre a hablar sobre lo que realmente sucedió, se agregó al dilema de Alyse. Nos reunimos varias veces para juntar las piezas de la historia de la vida y muerte del padre. Los preparé para que hablaran con su madre, pero ella permaneció inexorable en su negativa de reconocer el suicidio de su esposo. No obstante, la obsesión de Kyle sobre su salud fue disminuyendo paulatinamente y fue aumentado su interés por lo que su padre había sido. Kyle y Alyse fueron al cementerio, juntos por primera vez, para visitar la tumba del padre. "Me siento muy mal al pensar que mi padre se ha quitado la vida" me dijo Kyle, "pero también me siento libre ahora de vivir una vida completa". Dos años después de terminar las entrevistas con Kyle y Alyse, recibí un anuncio de nacimiento de Kyle y su esposa.

¿Quiero revelar el secreto con el objeto de revitalizar una relación?

Distanciamiento, conversaciones restringidas, falta de pasión y soledad son compañeros infaltables de ciertos secretos. A veces, la única forma de resucitar una relación moribunda es encontrar el coraje de revelar un secreto. Cuando un secreto se da a conocer por un deseo genuino de revitalizar una relación, usted tiene que estar dispuesto a abrirse paso a través del posible dolor, confusión, culpabilidad, enojo, desconcierto y tristeza, con el objeto de alcanzar una reparación digna de confianza y reconciliación.

Nuestros motivos para crear, guardar, romper o revelar un secreto a veces pueden ser esquivos. Usted puede tener una visión de estos motivos, que la otra parte puede no compartir en absoluto. Su hija adulta puede considerar deslealtad lo que usted considera protección. La escucha atenta del punto de vis-

ta de la otra persona, sin ponerse a la defensiva o en posición de ataque, permite apreciar el exquisito entrelazado de motivos que tejen un secreto. Una apreciación de este estilo, aunque, ciertamente, no simplificará su decisión, aumentará la probabilidad de que aborde los secretos con el cuidado y la responsabilidad que merecen.

Momento de hablar, momento de esperar, momento de guardar silencio

Aunque no existe nada que pueda llamarse el momento absolutamente perfecto para revelar un secreto, es cierto que existen algunos mejores y otros peores.

Debido a que la decisión de dar a conocer un secreto a menudo despierta ansiedad, muchas personas buscan reducir estos sentimientos precipitándose a contarlo sin tomarse el tiempo necesario para planearlo, conseguir apoyo, anticipar las posibles reacciones y reflexionar sobre sus propias respuestas.

En mis muchos años como terapeuta de familia, he quedado pasmada por el número de personas que eligen un festejo importante, tal como Acción de Gracias o Navidad para revelar un secreto a la familia en su totalidad. Todos está reunidos en un lugar. Parece una buena oportunidad para arreglar todo de una sola vez. Sin embargo, como estos rituales ya de por sí tienen la abundante carga emotiva de las tensiones de las reuniones familiares, incluyendo décadas de buenos y malos recuerdos y todas las cuestiones familiares inconclusas, este es habitualmente el peor momento para revelar un secreto. De hacerlo, quedará atrapado en el fuego cruzado interpersonal de todas las relaciones familiares preexistentes. Usted puede ser recordado para siempre como el hijo o la hija "que arruinó la fiesta de Acción de Gracias", al hacer público un divorcio inminente, un caso de homosexualidad, un fracaso financiero, un abuso sexual o cualquier otro tema. Su deseo de establecer vínculos de contención o reconciliación será más arduo de satisfacer.

De modo similar, los rituales de los ciclos vitales fundamentales, tales como casamientos y graduaciones, no son buenas ocasiones para dar a conocer secretos. Cuando Steve Bunting eligió la graduación universitaria de su hermana menor para

informar a la familia que hacía casi un año que se había casado secretamente con una mujer de una religión diferente, la hermana se puso furiosa con él. Siempre habían estado muy unidos y Steve suponía que la hermana lo apoyaría. Por el contrario, ella se enojó porque la noticia arruinó lo que debería haber sido su día, cuando la atención de todos se desvió de su graduación al desconcierto que produjo el casamiento del hermano.

Los rituales de los ciclos vitales tienen como objetivo establecer y marcar las transiciones para los individuos y sus familias. Como las relaciones de la familia se desplazan, estos rituales parecer ofrecer una perfecta invitación para revelar un secreto. Rendirse ante esta tentación producirá un efecto equívoco, ya que el proceso de contar el secreto quedará asociado al acontecimiento del ritual. Se perderá la importancia del secreto o se desbaratará el ritual. En resumen, utilice el tiempo corriente, no el de un ritual, para dar a conocer un secreto.

Si usted o un miembro de su familia ya han revelado un secreto durante un ritual fundamental de la familia, y se encuentran ahora lidiando con relaciones interrumpidas y un gran monto de culpabilidad, quizá quiera iniciar una conversación o escribir una carta a los miembros de la familia, en la cual distinga entre el ritual y el contenido del secreto. Steve Bunting pudo recuperar el apoyo de su hermana después que se disculpó ante ella por haber informado sobre su secreto el día de la graduación de esta. "Le dije que no había pensado cuidadosamente sobre el modo como mi noticia afectaría su graduación. Me sentía asustado, ansioso y cansado de mantener mi casamiento en secreto", manifestó Steve. "Todos estaban reunidos, y de este modo, parecía más fácil. Por el contrario, empeoró las cosas. Envié a mi hermana una carta, escrita cuidadosamente, y le expresé que me había equivocado al elegir el día de su graduación para contar a todos el secreto de mi casamiento". Después que Steve le escribió a su hermana, ella fue a conocer a la esposa de este. El resto de la familia había utilizado el inadecuado momento de la revelación de Steve como excusa para evitar enfrentarse con el contenido de la misma. Una vez que la hermana hizo saber que el hecho de que hubiera "arruinado" su graduación ya no tenía importancia para ella y que apoyaba el casamiento del hermano, el resto de la familia tuvo que comenzar a dar más cabida al contenido del secreto, que al momento en que fue revelado.

Cuando una persona sufre una enfermedad terminal, puede decidirse a dar a conocer un secreto con el objeto de tener una última oportunidad para resolver las relaciones o cerrar cuestiones inconclusas. La literatura universal y la historia están colmadas de estas revelaciones junto al lecho de muerte. A su vez, los miembros de la familia pueden decidir que uno de ellos, con un cuadro terminal, necesita oír un secreto por primera vez. Piense cuidadosamente si está ante tal situación. ¿Un esposo que agoniza necesita realmente oír que su esposa tuvo una aventura 17 años antes, o la esposa quiere simplemente hacer un último intento de aliviar su culpa? En tanto que las cuestiones de una relación de larga data que han permanecido en secreto pueden resolverse cuando una persona está muriendo, usted querrá preguntarse a quién pertenecen las necesidades de este modo satisfechas.

Los funerales, son a menudo un momento en que emergen los secretos de la familia. Todo lo que no pudo hablarse cuando una persona estaba en vida, puede agolparse en el momento de su muerte. Los miembros de la familia pueden haber prometido guardar el secreto, y sentir sin embargo que ya no están atados por la promesa.[3] Los secretos pueden surgir con el descubrimiento de cartas o papeles que pertenecían a la persona fallecida. Cuando se destapan secretos familiares justo antes, durante o inmediatamente después de un funeral, el proceso de duelo se hace más complicado.

Cuando Anthony, el poderoso padre de Angie Alonzo, murió súbitamente a la edad de 74, ella voló al hogar paterno para el funeral, sabiendo que finalmente hablaría con su hermano, Tony, sobre un secreto que había guardado por más de 30 años. Cuando Angie tenía 13 años, el hermano de su padre, el tío Bernard, comenzó a abusar sexualmente de ella. Esto se prolongó durante dos años. Angie trató de decírselo una vez a su madre, pero esta se mostró incrédula y le pidió que nunca se lo mencionara al padre. Poco después, el abuso concluyó, dejando a Angie con la incógnita de si su madre había intervenido. La madre de Angie murió un año más tarde. Aunque Angie nunca olvidó el abuso, este nunca se volvió a mencionar, hasta una hora antes del funeral de Anthony, cuando Angie, finalmente, le contó a su hermano.

"Para mí, fue como si todos los misterios de nuestra familia

comenzaran a aclararse", manifestó Tony. "Había generaciones de mujeres con problemas en la familia de mi padre. Uno siempre sentía que existía algún elemento de desintegración en la familia y que las cosas podían explotar en cualquier momento. Y al mismo tiempo estaba la autoridad de mi padre y todas las cosas que uno nunca pudo decir, porque bastaba que él enarcara una ceja para borrarte a ti y a tus palabras. Mi hermana sabía que no podía hablar mientras él viviera. Se trataba de su hermano. Los hombres tenían mayor peso. Las mujeres eran vistas como histéricas. Mi padre nunca le hubiera creído. Ella no podía arriesgarse a que él la descalificara, pero tan pronto murió, tuvo que hablar."

Después de la muerte de Anthony, Tony y Angie descubrieron que había habido generaciones de abuso sexual de mujeres en la familia de origen del padre. Si bien no había abusado de nadie, Anthony, el patriarca, desempeñó un poderoso papel en la preservación del silencio y la intimidación.

Le pregunté a Tony cómo había afectado la revelación de su hermana su duelo por la muerte del padre. "Mi duelo se desarrolló a un ritmo diferente", manifestó Tony. "Primero, hubo mucho enojo; enojo porque el lugar tiránico de mi padre en la familia dejó a mi hermana y a mis primas desprotegidas. Se supone que los padres cuidan a sus hijos. No fue así en mi familia. Es tan complicado; perder a mi padre significó que mi hermana finalmente pudiera hablar. Mi tristeza por su muerte está estrechamente unida a la lealtad hacia mi hermana. Aun así, no lamento que haya hablado cuando lo hizo; solamente siento que no pudiera haberlo hecho antes."

Cuando los secretos se revelan al morir un miembro de la familia, puede significar que la persona que murió jugaba un papel poderoso para reafirmar el silencio. Es asombroso ver la rapidez con que otro miembro de la familia intenta tomar este papel. Los secretos que son confesados a continuación de una muerte pueden ofrecer la oportunidad de una mayor proximidad, apertura y flexibilidad, o pueden precipitar a los miembros de la familia a sus posiciones preexistentes, dentro de rígidas alianzas. Este es a menudo un buen momento para realizar una terapia familiar breve, con el objeto de elaborar la pena, cambiar las relaciones de la familia y asimilar el nuevo conocimiento que acaba de surgir.

Muchos secretos, muchos modos de darlos a conocer

Los secretos se pueden revelar en forma anónima, o en el contexto de las relaciones más cercanas. Pueden ser comunicados a extraños que nunca volveremos a ver, o a la persona que comparte nuestra cama de por vida. A lo largo de la historia, los seres humanos han establecido modos especiales de contar secretos fuera de sus relaciones establecidas. Tal confesión puede buscar aliviar la culpa, ganar la absolución, mitigar la soledad. Los diversos métodos ofrecen oportunidades tanto como riesgos.

Secretos de confesión

Los secretos que se cuentan en determinadas circunstancias están protegidos por la ley, la ética y las costumbres. Muchas de las religiones vigentes han establecido métodos para revelar secretos vergonzosos a un miembro del clero, en el marco de una ceremonia religiosa, o en una festividad especial. Durante siglos, los católicos practicantes han utilizado el confesionario como un lugar para contar secretos con la promesa absoluta de que el sacerdote nunca revelará lo que oye. Tal confesión establece un continuo que conecta lo cotidiano con lo sagrado. Aunque este no es el propósito, la confesión religiosa puede suministrar un "ensayo" para la apertura de un secreto ante los miembros de la familia.

En los tiempo actuales, podemos revelar nuestros secretos a los psicoterapeutas, a los médicos o a nuestros compañeros en un programa de autoayuda. Esta "confesión" seglar ha sido prevista para proteger la confidencialidad. Como vimos al tratar sobre las administradoras de salud, esta confidencialidad ya no está garantizada.

De modo similar al de la revelación de un secreto en un contexto religioso, el hacerlo en un contexto de tratamiento de la salud mental puede ser el primero y último acto de revelación, o puede posibilitar un comienzo seguro para dar a conocer un secreto en el hogar, dentro de las relaciones familiares. Si usted elige comunicar un secreto en terapia, es importante pedir ayuda a su terapeuta para aclarar cuál es el próximo paso que quiere dar. Demasiados terapeutas se equivocan al no prestar

la debida atención a las revelaciones ulteriores, o al estimular revelaciones sin haber realizado previamente una planificación cuidadosa. Si usted está lidiando con un secreto, busque a un terapeuta con experiencia en relaciones familiares y con la capacidad de ofrecer una escrupulosa preparación previa.

Confesión anónima

Muchos de nosotros hemos tenido la experiencia de escuchar un secreto de un extraño en un avión o en un tren. Usted mismo pudo haber utilizado este medio. Las personas que nunca se volverán a ver comparten secretos sin una responsabilidad ulterior en sus relaciones. Esta comunicación puede ser un modo de experimentar la reacción de otra persona ante algo que usted nunca ha relatado, un intento de oírse a sí mismo hablar, simplemente para comprobar cómo se siente, o una prueba antes de revelar un secreto en su familia.

Las manicuras, los peluqueros y los dependientes de bares son receptores de muchos secretos. Los salones de belleza y los bares ofrecen una combinación contradictoria de intimidad y anonimato. "Cuando le hago las uñas a una mujer, en verdad la estoy tocando, le sostengo la mano. Es cuando comienzo a oír historias, cosas que ella no contaría a nadie", me refirió Sara Callahan, una manicura. "A la semana siguiente, es como si nunca lo hubiera dicho. Créame, conozco los secretos de muchas personas."

Puede uno ver a estas personas una y otra vez después de contar un secreto; sin embargo, permanecen fuera de la red de relaciones significativas de su vida. Contar y oír secretos puede hacerse sin responsabilidad por la continuidad de la relación, sin un sentimiento de amenaza, y sin la promesa de confidencialidad. La confesión anónima puede servir como ensayo, o puede ser la vez única en que se revele un secreto.

Confesión por ordenador

Un padre envía un mensaje a un tablero de anuncios electrónico: "Mi hija tiene cáncer... Nos estamos preparando para lo peor, que es lo que su médico insinuó que podíamos esperar... No

sé cómo decirlo a sus abuelos, ni siquiera a nuestros amigos".[4] Antes de contar esta dolorosa realidad a la familia y a los amigos íntimos, este padre ha echado mano del recurso de contarlo a cientos de completos desconocidos. Los adoptados que buscan a sus padres biológicos, los esposos que planean abandonar a sus esposas, las mujeres con depresión, las personas con HIV, todos están viajando por la superpista informática, contando sus secretos a personas que no conocen y que nunca verán.

Muchos adolescentes gay que nunca le han hablado a nadie sobre su homosexualidad, lo están haciendo por primera vez en Internet. Ryan Matsuno, de 17 años, encendió su ordenador una noche y lanzó el mensaje: "¿Alguien más se siente como si fuera el único muchacho gay en el planeta?". Su pregunta le trajo al adolescente homosexual, que nunca había contado a nadie su secreto, más de cien respuestas de apoyo. Al experimentar un sentimiento de pertenencia a una comunidad por primera vez en su vida, Ryan encontró el coraje suficiente para revelar el secreto a su madre. Sus amigos en el ciberespacio compartieron el desarrollo de sus propios procesos y Ryan reunió coraje al conocer sus historias.[5]

Los ordenadores han entrado en nuestra vida con su poder de comunicarnos con cientos y miles de extraños sin rostro. De niño, usted pudo haber escrito un secreto en un papel, colocado la nota en una botella y arrojado la botella al mar, sin saber nunca quién la encontraría y la leería. La encontrara quien la encontrase, usted nunca recibiría una respuesta. En nuestra cultura actual, usted puede arrojar un secreto a receptores anónimos, pero estos son una multitud y probablemente le responderán.

Del mismo modo que la confesión en televisión, la del ordenador ha contribuido a derribar tabúes. Si usted elige contar un secreto en Internet, nadie más puede ser el guardián de la historia de su vida. Nadie la recorta ni corrige, nadie le señala a quién puede contarla. Como en la televisión, la revelación de secretos en los ordenadores ocurre sin el compromiso por el devenir de una relación. A diferencia de la confesión en televisión, sin embargo, la confesión en el ordenador no está incluida en una producción comercial. Las personas que utilizan su módem para enviar *sus propios* secretos, no son la mercancía de otros.

En tanto que la confesión por ordenador puede darnos acceso a un mundo donde existe una aparente seguridad para ex-

plorar temas que previamente no se podían mencionar, contar nuestros secretos a una multitud que no tiene ningún compromiso con nosotros, tiene importantes limitaciones. Este método ofrece el aparente control del anonimato. Pero al mismo tiempo, una vez que ha lanzado el secreto a través del ordenador, el dueño del secreto pierde la posesión de su contenido.

La confesión al ordenador puede ser un desgarrador y sentido intento de revelar secretos vergonzosos y penosos. También puede ser una invitación para inventar historias sensacionales. Es necesario pensar sobre el modo como estas revelaciones producen efectos sobre nuestra habilidad para establecer distinciones entre los secretos. Si los secretos nos llegan a través del mismo medio por el que nos llegan las cuentas bancarias, los recibos, las cotizaciones de las acciones, los consejos sobre viajes y una diversidad de material, desde el más serio hasta el más banal, ¿qué debemos hacer para mantener el respeto por la magnitud del dolor de otra persona?

Algunos tableros de anuncios electrónicos se definen como destinados a una población en particular. Por ejemplo, una lista de adoptados se describe como destinada exclusivamente a adoptados adultos, sus cónyuges, sus allegados, e hijos y nietos; hermanos biológicos; y personas que están separadas de sus padres biológicos pero que no han sido técnicamente adoptados. Se solicita a los padres biológicos, padres adoptivos y cualquier otra persona que no reviste en las categorías mencionadas, que no utilicen esta lista. Se crea entonces una frontera artificial. Algunas de las instrucciones para este servicio son, por ejemplo: "Los mensajes consignados están destinados solamente para la distribución a los suscriptores en esta lista. A menos que tenga autorización explícita del autor, por favor NO redistribuya a nadie los mensajes consignados en esta lista. *Muchos suscriptores comparten sentimientos, que nunca antes han tratado con nadie, y, a menudo, sus experiencias compartidas son altamente personales"* (la bastardilla es nuestra).[6] Estas indicaciones se formulan partiendo de la falsa premisa de que todas las personas son éticas, que nadie mentirá o simulará otra identidad. La confianza, un elemento en las relaciones humanas que por lo general se asocia con las relaciones de larga data, cara a cara, es invocada en un contexto donde las

obligaciones mutuas, de hecho, son una ficción. ¿El suscriptor es realmente un adulto adoptado, o quizás un novelista, un investigador o un voyeur? ¿Quién lo sabe?

Cuando se utilizan nombres reales, los lectores del tablero de anuncios pueden encontrarse en la extraña posición de conocer el secreto de otra persona sin que esta lo sepa. Por ejemplo, una mujer, Karen Alexi, tenía un diagnóstico de cáncer metastático. Le contó a su mejor amiga, pero no había decidido todavía decírselo a nadie más. Su amiga escribió la triste noticia en el tablero de anuncios de una organización, pensando, equivocadamente, que escribía en forma impersonal. Una conocida de Karen me comentó: "Me hubiera gustado llamar a Karen y darle mi aliento, pero ella no sabe que yo sé sobre su enfermedad. No sé qué hacer".

La confesión por ordenador también puede revelar secretos violentamente sin el permiso del interesado. Su propia historia clínica puede estar a la venta al mejor postor, sin su conocimiento.[7] Vendida a investigadores, compañías farmacéuticas, organizaciones para el mantenimiento de la salud, o analistas de mercado, su información médica confidencial ya no está simplemente entre su médico y usted. En Maryland, cada contacto entre paciente y médico es registrado en un ordenador del estado. El proyecto de ley sobre seguro de salud presentado en 1996, ante el Congreso de los Estados Unidos, contempla el establecimiento de una vasta base de datos de historias clínicas computarizadas, para ser utilizadas en facturación, investigación y otros fines no especificados, sin el conocimiento o consentimiento de los pacientes.[8] En muchos lugares del país, su historia clínica en salud mental es cargada en un ordenador, que cualquier empleado de hospital puede examinar sin su conocimiento ni su consentimiento. Sin embargo, estos registros permanecerán en secreto para usted, si los profesionales consideran que verlos no redundará en ningún "beneficio" para usted. Los mismos ordenadores que democratizan la confesión de secretos, al ponernos a todos a igual nivel, son capaces de crear una jerarquía autoritaria que nos excluye de nuestros propios secretos.

La tecnología cibernética ha avanzado más rápidamente que nuestra capacidad de imaginar éticas adecuadas o de crear le-

yes aplicables. Al mismo tiempo, los ordenadores están desempeñando un papel cada vez más íntimo en nuestra vida. Antes de utilizar el ordenador para contar un secreto, dedique un momento para preguntarse qué intenta que ocurra. ¿Tiene claridad acerca de lo que puede y no puede controlar una vez que revela un secreto de este modo? ¿Una comunidad cibernética es un sustituto de los vínculos con la familia y los amigos, o un paso más en el camino?

Confesión coaccionada

Así como las personas a veces son obligadas a guardar un secreto, pueden ser presionadas para revelarlo. Una forma reciente de confesión coaccionada es la "exposición", como en el caso del secreto de una persona homosexual, que se cuenta sin su permiso y contra sus deseos. Una vez que la persona es "expuesta", pierde el control sobre el secreto y no tiene otra opción que contarlo a los demás.[9] Este tipo de revelación es realizada a menudo en el contexto de la lucha por una "causa", pero ignora las dimensiones humanas del individuo involucrado en el secreto. La revelación de secretos está exquisitamente vinculada con aspectos centrales de la identidad y las relaciones personales. La confesión bajo presión destroza este vínculo.

La confesión coaccionada tiene lugar cuando alguien cuenta su secreto antes de que usted se encuentre preparado para hacerlo. También se puede sentir presionado para contar un secreto porque se siente amenazado o chantajeado. Es importante distinguir entre coacción e influencia. Si su mejor amiga la amenaza con ventilar ante su esposo ese secreto que usted le ha confiado, se trata de coacción. Si discute con usted señalándole todas las razones para revelar el secreto, está utilizando su influencia sobre usted. Cuando la seguridad está en juego tampoco estamos en presencia de una coacción. No se trata de confesión coaccionada si usted revela el secreto de otro, cuando no hacerlo pondría a la otra persona en grave riesgo emocional y físico.

Una vez que usted ha decidido dar a conocer un secreto, es necesario que reflexione sobre el modo de hacerlo con sutileza.

Con el objeto de evitar la *confesión temeraria* y con el objeto de prepararse para una *confesión planificada*, puede encontrar útil la siguiente ejercitación.

1. Piense sobre las ventajas y desventajas de revelar su secreto, para *cada una* de las personas allegadas: familiares y amigos íntimos.
2. Piense sobre las ventajas y desventajas de revelar su secreto para cada *relación personal* con sus familiares más cercanos y amigos íntimos (por ejemplo: usted y su madre; usted y su padre; su madre y su padre; usted y su hermano; su hermano y su madre; su hermano y su padre; usted y su esposo; usted y su hija; su esposo y su hija; usted y su mejor amigo, y así sucesivamente).
3. Piense sobre las ventajas y desventajas de dar a conocer su secreto para la *familia* en su totalidad.

Esta ejercitación lo coloca en un futuro imaginado dentro de su red de relaciones. Le posibilita considerar no sólo las catástrofes que a menudo imaginamos que sucederán a continuación de la revelación de un secreto, sino también todas las buenas posibilidades que se abren. Usted verá dónde es necesario realizar un trabajo sobre las relaciones *antes* de revelar el secreto. Ganará una apreciación de cómo puede utilizar el orden en que lo dé a conocer para construir un apoyo. Si su secreto puede llegar a causar un mayor impacto sobre su madre, por ejemplo, ¿sería una buena idea contárselo primero a su hermana? Y como usted imagina la comunicación del secreto y los cambios que sobrevendrán, tendrá una renovada percepción de las posibilidades en su familia de relaciones auténticas.

Muy pocos secretos se cuentan y quedan resueltos de una vez. Muchos de ellos requieren ser contados reiteradamente. Los secretos acerca de su propia identidad, tales como la homosexualidad, paternidad y enfermedad, pueden necesitar una nueva decisión de sincerarse, cada vez que desarrolla una relación importante. Los secretos que se cuentan a los niños a una edad temprana, frecuentemente requieren ser contados nuevamente de un modo más complejo cuando los niños crecen. Recuerde, también, que contar un secreto implica trazar una nueva frontera, que delimite la privacidad. Confesar un secreto dentro de su familia rara vez implica contarlo a toda su vecindad. Lo que era secreto se transforma en privado.

Revelar secretos de modo planificado no significa que su impacto sea más leve o que los temas y las relaciones que toca tendrán un cambio favorable, en forma mágica y automática. Vivimos en una época en que todo se acelera, lo que nos lleva a esperar que las situaciones difíciles se resuelvan en forma instantánea. Decidir qué hacer acerca de un secreto es solamente el primer paso en un proceso. Como veremos en la parte II de este libro, cuando este proceso funciona bien, conduce a relaciones más profundas, más complejas y con una mejor comunicación.

Notas

1. Para un análisis esclarecedor sobre el SIDA y los secretos, véase L. W. Black, "AIDS and Secrets", en E. Imber-Black (comp.), *Secrets in Families and Family Therapy.* Nueva York, W. W. Norton and Co., 1993. El trabajo de Black destaca el secreto de múltiples niveles del HIV y el SIDA, examinando la cultura, la comunidad, las instituciones y la familia.

2. Véase M. Mason, "Shame: Reservoir for Family Secrets", en E. Imber-Black (comp.), *Secrets in Families and Family Therapy.* Nueva York, W. W. Norton and Co., 1993.

3. Para un ejemplo conmovedor de un secreto de paternidad, adopción y color de piel, que surge en un funeral, véase N. Boyd-Franklin, "Racism, Secret-Keeping, and African-American Families", en E. Imber-Black (comp.), *Secrets in Families and Family Therapy.* Nueva York, W. W. Norton and Co., 1993.

4. J. Katz, "The Tales They Tell in Cyberspace Are a Whole Other Story", *The New York Times*, 23 de enero de 1994, sección dos, pp. 1, 30.

5. T. Gabriel, "Some On-Line Discoveries Give Gay Youths a Path to Themselves", *The New York Times*, 2 de julio de 1995, pp. A1, A16.

6. De una descripción de Adoptees Mailing List, America Online.

7. G. Kolata, "When Patients' Records Are Commodities for Sale", *The New York Times*, 15 de noviembre de 1995, pp. A1, C14.

8. J. W. Roberts, "Health Care Bill Sacrifices Our Privacy", *The New York Times*, 7 de agosto de 1996, p. A16.

9. Para un análisis excelente sobre las paradojas de la "exposición" véase A. Sullivan, *Virtually Normal: An Argument About Homosexuality*. Nueva York, Alfred A. Knopf, 1995. Sullivan propone que la exposición es promovida como un proceso para disminuir el estigma y el secreto, pero que por estar basada en la conmoción, el terror y la vergüenza, en realidad los promueve.

PARTE II

PASAJES SECRETOS

7
Secretos privados

Había decidido que nunca en mi vida me haría un examen genético, que no necesitaba saber. Iba a conducir toda la noche, de regreso a casa; de regreso, en cierto sentido, a mi propio desconocimiento. Tenía el derecho de hacerlo.

C. SIEBERT, al decidir si debía hacerse un examen para ubicar el gen que le ocasionaba su enfermedad cardíaca incurable.

Esta es mi pesadilla: soy una persona creada por inseminación artificial, alguien que nunca conocerá una mitad de su identidad. Me siento enojado y confundido, y con muchas preguntas. ¿Los ojos de quién tengo? ¿Por qué este tremendo secreto? ¿Quién le dio a mi familia la idea de que mis raíces biológicas no son importantes?

M. R. BROWN

Hay un tema más íntimo y personal implicado en el SIDA, y este es el derecho de ocultar el conocimiento ante uno mismo, en otras palabras, guardar un secreto ante sí mismo.

ALIDA BRILL

"Había muchos secretos en mi familia durante mi infancia", me confió Kathleen Ellington. "Hasta la fecha, no sé en qué consistían. Vivíamos en una pequeña ciudad, donde mi padre era un respetado hombre de negocios y líder de la comunidad. Pasaba mucho tiempo fuera de casa. Sospecho que tenía sus aventuras. Ahora me doy cuenta de que mi madre era alcohólica. Su hábito de beber *nunca* fue tema de discusión. El ma-

trimonio de mis padres era conocido en la ciudad como *Ozzie y Harriet.*

"De niños, sabíamos que no se nos permitía preguntar nada, ni hacer ningún comentario sobre nuestra familia. De adolescente, comencé a tener mis propios secretos." Mientras hablábamos una tarde de otoño, Kathleen, ahora de 38 años, me contó un secreto que había guardado durante 25 años.

"Cuando tenía 13 años, estaba fascinada con la oratória y el teatro. Una muy amiga mía tomaba lecciones de impostación de la voz, y yo quería hacer lo mismo. Cuando se lo pedí a mis padres, quienes podían sin dificultad costearme las clases, se negaron. Mi padre dijo que era una pérdida de dinero, que nadie necesitaba aprender a hablar. Mi madre se puso de su parte, y afirmó que las lecciones me harían parecer afectada", manifestó Kathleen. "Había tanto encubrimiento en mi familia, que el miedo de mi madre sobre la falsedad me parecía bastante caprichoso."

Decidida a tomar las lecciones, Kathleen comenzó a trabajar como niñera, para ganarse ella misma el dinero. Bien pronto se dio cuenta de que este trabajo no le rendiría todo el dinero que necesitaba. En ese momento, comenzó a robar en las familias para las que trabajaba. "Era muy cuidadosa", me contó Kathleen. "Robaba pequeñas cantidades cada vez, para pasar inadvertida. Trabajaba para muchas familias, de modo que el dinero se sumaba. Nunca lo dije a nadie y nunca me sorprendieron." Cuando tuvo el dinero suficiente, comenzó a tomar, clandestinamente, lecciones de impostación de la voz.

"Mis padres nunca lo supieron. Adquirí facilidad para mentir acerca del lugar donde me encontraba. Mi profesor de impostación de la voz consideraba que era muy buena. Me sentía orgullosa, pero no podía compartirlo con nadie. Viví de esta forma hasta que fui a la universidad", refirió Kathleen. En la universidad, sin poder contar con el trabajo de niñera,

*Se refiere a Ozzie Nelson y su esposa Harriet, quienes eran los protagonistas de un programa norteamericano llamado *The adventures of Ozzie and Harry*, que se televisó en las décadas de 1950 y 1960. El programa trataba su vida familiar y muchos los consideraban la familia norteamericana perfecta. [T.]

ni con las lecciones de impostación de la voz, Kathleen comenzó con una combinación diferente de actividades contradictorias: rateaba en las tiendas, al mismo tiempo que participaba de tareas sociales en el campus. Al presente, Kathleen es profesora de impostación de la voz y trabaja con muchachas adolescentes. Con algún desconcierto me dijo: "Una o dos veces por año, me llevo alguna cosa pequeña, innecesaria, de algún negocio. Hasta esta noche, ha sido un secreto conmigo misma".

¿Qué significa la historia de Kathleen? Mientras hablábamos, comenzamos a establecer relaciones que nunca había hecho antes.

Kathleen provenía de una familia donde un orgullo visible convivía con una vergüenza no visible. Sin que Kathleen se diera cuenta, esta mezcla contradictoria se reflejaba en sus acciones. Un nudo, hecho con materiales incompatibles, se ajustaba cada vez más. Kathlenn robó para desarrollar su voz. Para descubrir su talento para hablar, fue necesario que guardara silencio sobre sus clases de impostación de la voz y el modo como las obtuvo. Cuando comenté a Kathleen que su fuerte deseo de tomar lecciones de impostación de la voz, siendo adolescente, y su elección de carrera como profesora de impostación de la voz tenía mucho sentido para alguien que provenía de una familia sumida en el silencio y la negación, quedó atónita. "No puedo creer que nunca lo haya pensado", me dijo. Cuando le conté que había conocido a muchos chicos y adolescentes que respondían a los secretos familiares con el robo menor, a sus familias y a comercios, asintió silenciosamente.

Como muchas personas que viven con secretos privados, que surgen dentro del contexto más amplio de los secretos de la familia o de la sociedad, la capacidad de Kathleen para percibir ciertas conexiones estaba ocluida. El robo, que mantuvo en secreto para sí misma, se entrelazaba con los secretos de la familia, cuya presencia intuía, y con el conocimiento de sí misma, que permanecía fuera de su alcance.

La historia de Kathleen contenía dos tipos de secretos consigo misma: los que guardó *para* sí misma y los que guardó *ante* sí misma.

Secretos que guardamos para nosotros mismos

Cada uno de nosotros tiene muchas historias que fácilmente contamos a otras personas. Estas son historias que relatamos una y otra vez, en diferentes contextos. Ellas modelan y definen nuestra identidad pública. Existen otras historias que compartimos sólo con algunas personas en particular, incluyendo a ciertos miembros de la familia o amigos especiales. Confiar estas historias marca un hito en un matrimonio, en una relación o en una amistad. Nos sentimos más profundamente conocidos, más vulnerables, y más receptivos que antes a las respuestas de aquellos que nos oyen y que afectan nuestra identidad más íntima. No obstante, otras historias permanecen profundamente ocultas en algún hueco de nuestro corazón; estas son las que nunca hemos contado a nadie.

Cuando Paddy McGarrity, de 31 años, vino a verme por primera vez, me di cuenta rápidamente de que prefería estar en cualquier parte, menos en el consultorio de un terapeuta. Su supervisor en el trabajo lo había instado enérgicamente a que concertara la entrevista. Paddy sintió que no tenía otra opción. Poco antes de que lo conociera, Paddy había iniciado una pelea a puñetazos con un compañero en un obrador. Estaba determinado a trabajar sobre su "enojo", pero permanecía tremendamente en guardia, contándome tan sólo lo indispensable sobre su vida. Supe que había nacido en Irlanda y que ahora vivía en el Bronx. Todo lo que mediaba entre ambos puntos quedaba fuera de los límites de la conversación. Se negaba a hablar sobre su familia, sus amigos, y sobre su vida pasada o presente. "Vine aquí para hablar acerca de cómo controlar mi temperamento irascible. Me está metiendo en problemas", me dijo Paddy. "Tratemos sobre esto."

¿Qué podía estar ocurriendo en la vida de este hombre, me preguntaba, para hacerlo tan cauteloso? Semana tras semana, vino a verme, "para trabajar sobre su enojo" diligentemente, mientras me negaba el acceso a todo aquello que no fueran los aspectos más superficiales de su vida. Durante tres meses, respeté los límites que trazó, y le enseñé algunas técnicas para el control de su enojo. Cuando Paddy describió dos incidentes en la misma semana en los que había evitado pelear, y sentí que manejaba bien su enojo, di por sentado que nuestro trabajo ha-

bía terminado. Para mi sorpresa, Paddy me pidió otra entrevista.

"¿Es cierto que lo que yo le cuente, usted no lo puede decir a nadie?", comenzó. Después de explicarle los límites de la confidencialidad, Paddy me miró y me dijo: "Soy ilegal". Durante las dos horas siguientes, relató la historia de su migración desde Irlanda, tres años antes y, a continuación, su vida clandestina en Nueva York.

Paddy manejó el hecho de ser indocumentado simulando ante él mismo y los demás que no tenía ningún secreto. "Conozco a muchos tipos que vienen acá y se cambien el nombre. Terminan estando de lo más confundidos acerca de quién sabe algo sobre ellos. Decidí conservar mi nombre. Simplemente actúo como si estuviera en regla. Nadie aquí conoce la verdad." Toda la energía de Paddy estaba puesta en proteger su secreto. Vivía una vida solitaria, aterrorizado ante la idea de hacer amigos, porque había visto en su trabajo a hombres que habían sido denunciados al Servicio de Inmigración y Naturalización por amigos que tenían alguna cuenta pendiente con ellos. Su madre tenía parientes en Brooklyn, pero nunca les había hecho saber que estaba en Nueva York, temiendo que cualquier pequeña discusión podría conducirlos a llamar a las autoridades. Durante tres años, no había tenido una cita con una mujer. Poseía un título universitario y soñaba con ser docente, pero trabajaba en la construcción porque era un trabajo más fácil de conseguir sin la tarjeta verde. En Irlanda había tocado el banjo y se había presentado en clubes. Aquí, regresaba a su apartamento de un ambiente todas las noches después del trabajo, y cerraba la puerta. Cursar un estudio superior quedaba fuera de toda cuestión. "Vine aquí porque quería más oportunidades de las que tenía en Irlanda", manifestó Paddy. "Pero en cambio, me siento enjaulado."

Justo antes de venir a verme por primera vez, Paddy había recibido la noticia de que su madre, en Irlanda, había enfermado súbitamente. No pudo volver a su casa para verla. "Hace tiempo que expiró mi visa", dijo Paddy. "Todavía pienso que quiero estar aquí, aunque siento que esto me ha dado vueltas en la cabeza tanto tiempo, que ya no estoy seguro de lo que pienso. Simplemente supe que no podía volver a casa, si quería regresar aquí nuevamente."

Deseaba saber qué había impulsado a Paddy a darme a conocer su secreto y se lo pregunté. "Usted no me apuró. Aceptó lo que le dije que quería hacer. Necesitaba controlar mi temperamento. Usted es la persona en la que más puedo confiar." Cuando le pregunté a Paddy cómo podría ayudarlo ahora, me respondió que realmente no estaba seguro. Me explicó que necesitaba contarme su historia, necesitaba que otro ser humano supiera sobre su vida. Pensé que necesitaba la confirmación de su experiencia, lo que sólo se produce cuando otra persona escucha nuestra historia, cuando hablar con nosotros mismos resulta insuficiente.

Cuando me dispuse a concertar otra entrevista, Paddy dudó y me dijo que me llamaría. Pasaron varias semanas. No tenía teléfono, y sabía que no podía arriesgarme a llamarlo al trabajo. No tuve más noticias de él.

La historia de Paddy, aunque específica de él, tan sólo es una variación de la vida de los hombres y mujeres provenientes de México, América del Sur, Asia, Irlanda y otros lugares del mundo, que se introducen en los Estados Unidos sin documentación, y cuya vida transcurre en secreto. Del mismo modo que los inmigrantes documentados, algunos llegaron empujados por la desesperación, otros huyendo del terror y el resto, como Paddy, buscando oportunidades de una vida mejor. Sus secretos los hacen vulnerables a la explotación y el chantaje, limitan sus posibilidades de trabajo y educación ella y generan vidas saturadas de ansiedad y desconfianza.[1]

Guardar secretos para sí con el objeto de proteger a los demás

No todos los secretos que se guardan para sí tienen como objeto la autoprotección. Algunas veces se guardan para proteger a otra persona. Esta lealtad puede extenderse más allá del lapso de vida de esta. Mantener estos secretos nos limita; en lugar de conocernos, tolerarnos y abrazarnos unos a otros, con todas las complejidades y contradicciones que esto implica, nos aferramos a estereotipos simplistas.

Jeremiah Simms tenía 45 años cuando vino a verme para hacer una terapia. Era un afronorteamericano, que había na-

cido y crecido en una pequeña ciudad sobre el delta del Mississipi. En ese momento era doctor en Matemática y enseñaba en una universidad del norte del estado de Nueva York. "No he regresado a Mississipi desde que partí para ingresar en la universidad, hace 27 años", me contó en la primera entrevista. Se describió a sí mismo como un hombre a quien le gustaban las respuestas claras y precisas en la vida.

Jeremiah creció como hijo único, con su padre y su abuela paterna. Sus padres nunca se habían casado. De pequeño vivió con su madre, pero a la edad de cuatro años fue a vivir con el padre y la abuela, luego de que su madre se casara con otro hombre. "Mi abuela crió a mi padre sola. Mi abuelo tenía otra familia en las cercanías. Mi abuela nunca tuvo otro hombre en su vida. Se dedicó por completo a mi padre, quien vivió con ella toda su vida", refirió Jeremiah.

Comenzó su terapia poco después de la muerte de la abuela, ocurrida a la edad de 93 años. Se sentía triste y ansioso. Su mujer le propuso que consultara a un terapeuta. Cuando le pregunté cuál era la razón que consideraba que había motivado la sugerencia de su esposa, Jeremiah me dijo que la preocupaba su estado y que se sentía intranquila porque él no había asistido al funeral de su abuela en Mississipi.

A medida que fui conociendo a Jeremiah, me fue contando muchas historias sobre su abuela, poniendo énfasis en el modo como ella lo había ayudado y estimulado en su educación. Sentía, de un modo apasionado, que no tendría la posición que ostentaba en su vida, de no ser por su abuela. "Mi padre solamente fue hasta tercer grado. La escuela no significaba nada para él", manifestó Jeremiah. "Quería que abandonara después del octavo grado. La abuela luchó con él e insistió en que fuera a la escuela secundaria." El me decía que la escuela secundaria costaba dinero porque los estudiantes tenían que usar uniforme y comprar sus propios libros. Su familia era muy pobre y el padre se negó a darle dinero para la escuela. "No sé cómo hizo", agregó Jeremiah, "pero la abuela consiguió ese dinero. Tenía un uniforme en lugar de dos, como la mayoría de los chicos, pero la abuela se ocupaba de que siempre estuviera limpio. Y me daba dinero para los libros. Fue la única vez que la vi discutir con mi padre sobre algo".

Jeremiah me contó esta historia pausadamente, con poca emoción. ¿Por qué, me preguntaba, no había regresado este hombre a su ciudad natal en 27 años? ¿Por qué había visto a su abuela sólo dos veces en ese tiempo, una vez cuando ella viajó para su graduación universitaria y otra para su casamiento? ¿Y por qué no había asistido al funeral de esta mujer que había contribuido tanto a su éxito académico y profesional? Pasarían muchos meses antes de que lo comprendiéramos juntos.

Después de comenzar nuestro trabajo, la tristeza de Jeremiah se profundizó. En tanto yo pensaba que la muerte de su abuela lo había afectado profundamente, él no quería hablar sobre ella después de nuestras primeras entrevistas. Quería continuar con la terapia, pero cada vez parecía más lejano. Le pregunté si le parecía bien que su esposa participara en una o dos sesiones y estuvo de acuerdo. Cuando enfrento misterios en la terapia, noto que invitar a otras personas generalmente produce una apertura.

En la siguiente sesión, Sandra Baker-Simms me contó que estaba cada vez más alarmada por su marido. "Algo lo perturba. No sé qué es. Tampoco sé si él se da cuenta de qué es. Está triste. Está silencioso. Nunca lo vi de esa forma. Todo sobrevino desde que murió la abuela, pero sea lo que fuere, no quiere hablar sobre eso." Jeremiah se mostraba confundido mientras su esposa hablaba. Comencé a pensar que la muerte de la abuela lo había dejado con algo inconcluso en un nivel muy profundo: algo a lo que todavía tenía que poner palabras.

En una nueva sesión con Jeremiah, le dije que muchas veces cuando alguien muere, nos quedamos con cosas que desearíamos haber dicho, preguntas que hubiéramos querido formular. Le comuniqué que pensaba que podría ser útil que escribiera una carta a su abuela. Y agregué: "La carta es simplemente para usted. No tendrá que compartirla con nadie más, a menos que decida que quiere hacerlo". Mostrándose muy apenado, Jeremiah dijo que lo pensaría y que me llamaría.

Pasó un mes antes de que Jeremiah pidiera otra sesión. No había escrito la carta, pero había pensado en escribirla. Me dijo que todavía se sentía muy triste, pero habló sin una emoción visible. Percibía que Sandra era muy comprensiva, pero le preocupaba que perdiera la paciencia con él. Le pedí que se tomara su tiempo.

Tres semanas más tarde Jeremiah vino a nuestro siguiente encuentro. Con manos temblorosas, extrajo del bolsillo interior de la chaqueta, una carta doblada en muchas partes. Me la alcanzó, pero le sugerí que, si lo deseaba, sería mejor que me la leyera en voz alta. Asintió y comenzó:

Querida abuela:

Quiero agradecerte por haberte ocupado de que fuera a la escuela. Nunca hubiera llegado a la escuela secundaria, ni a la universidad, ni al posgrado, si no hubiera sido por ti. Sé que trabajaste mucho para mí. Espero haberte hecho sentir orgullosa. Otras personas me dijeron que estabas orgullosa de mí, aunque nunca me lo hayas dicho tú misma.

Después de esto, Jeremiah interrumpió la lectura y me miró. "Nunca he dicho esto a nadie. No figura en mi carta, pero desde que comencé la carta no puedo dejar de pensarlo. Lo he pensado durante años. Cada vez que veo paño escocés me acuerdo."

Permanecí en silencio mientras Jeremiah hablaba. "Debo de haber tenido cinco o seis años. En las noches en que mi padre estaba tomando un trago con sus compañeros, mi abuela salía de la ducha con una bata de paño escocés. Se metía en mi cama junto a mí, se abría la bata y me pedía que le chupara los pechos. Después de quince o veinte minutos, se iba." Mientras Jeremiah hablaba, le corrían lágrimas por las mejillas y apretaba las manos con fuerza.

Sentados juntos, esa tarde, Jeremiah me dijo que nunca había contado a nadie esta historia, porque quería proteger a su abuela. Sabía que la gente pensaría mal de ella si lo supiera. Su lealtad y gratitud eran intensas. Mientras hablábamos, surgió un retrato mucho más complicado de su abuela. Era una mujer solitaria y aislada. Estaba resuelta a que Jeremiah tuviera una educación, a darle las oportunidades de una vida mejor que la que ella o su hijo habían tenido, pero tenía poca idea de qué otra cosa podría necesitar un niño. "Estoy seguro de que no tenía la intención deliberada de abusar de mí", agregó Jeremiah. "Realmente no pienso que ella tuviera la más mínima idea de lo que un niño piensa o siente."

La abuela nunca le había dicho que debía mantener el secreto. El simplemente lo supo. Cuando cumplió siete años, la abuela no fue más a su cama. Estos recuerdos ocupaban sólo un pequeño rincón de su conciencia hasta que ella murió. "He conversado con ella mentalmente, tantas veces desde que murió", señaló Jeremiah, "y siempre sobre esto".

Ya de adulto, Jeremiah guardó silencio, en parte debido a lo que había oído y leído sobre abuso sexual de niños. "Todo lo que estos libros decían, simplemente no concordaba con mi vida o mi experiencia", dijo. "Tengo un buen matrimonio, una vida laboral realizada y sentido del humor. Soy un buen padre. No bebo ni utilizo drogas, ni como en exceso, ni ninguna otra cosa de las que anticipan esos libros. No tengo recuerdos que me asedien. Simplemente, no soy disfuncional", manifestó riendo, mientras comenzaba a aligerar su estado de ánimo. "No me canso de oír: 'Estás tan perturbado como tus secretos'. Ciertamente, siento pena por lo sucedido, pero nunca pensé que estuviera perturbado". Al leer la literatura popular sobre cómo se *suponía* que debía sentirse, había enterrado aun más su secreto. Temía que si lo revelaba, los demás pudieran imponer sobre su vida una construcción que simplemente no coincidiera con su experiencia. "Mi historia fue algo más complicada que el simple 'víctimas' y 'victimarios'. Probablemente este sea el caso para mucha otra gente", finalizó Jeremiah.

El secreto que Jeremiah tenía consigo mismo provocó pocas dificultades en su vida, hasta que murió su abuela. Incapaz de develar las contradicciones sobre la vida de esta y de su relación con él, y sin la posibilidad de resolverlas directamente con ella, Jeremiah se fue deprimiendo. Dar a conocer el secreto, primero a mí, luego a su esposa, Sandra, lo condujo hacia otros cambios. Hizo su primer viaje de regreso a Misisipí en 27 años. Visitó la tumba de su abuela, donde le leyó la carta en voz alta y luego, eligiendo cuidadosamente las palabras, le expresó que le perdonaba el *mal uso* que había hecho de él.

Varios meses más tarde me encontré con Jeremiah y Sandra en una sesión de seguimiento. Su depresión había desaparecido por completo. El y Sandra estaban planeando llevar a sus niños a una reunión de la familia extensa de Jeremiah, una reunión anual que este siempre había evitado.

Guardar los secretos para sí con el objeto de manipular a los demás

Cuando me encontré por primera vez con Rebecca y Sam Underwood para iniciar una terapia, me contaron que estaban ansiosos por vender su exitoso negocio de tapicería para retirarse a California. "Me iría mañana mismo", afirmó Sam, "pero Rebecca está preocupada por nuestro hijo, Ira, y a decir verdad, el modo como necesita de nuestro dinero hace que nuestro retiro parezca lejano".

Ira, el hijo de los Underwood, de 31 años de edad, tenía "un buen empleo", me comentaron; pero en los últimos tres años, había sufrido una seguidilla de crisis financieras, por lo menos una vez por mes. En cada caso, partieron cheques desde Filadelfia, donde residían Rebecca y Sam, hacia Pittsburgh, donde vivía Ira. Un año atrás, los Underwood se habían prometido mutuamente que no continuarían sacándolo de sus apuros financieros. Pero un mes antes de que vinieran a verme, durante otra de las "emergencias" de Ira, cada uno había descubierto que el otro le estaba enviando dinero en forma clandestina. Este descubrimiento precipitó el pedido de entrevista conmigo.

Durante nuestra primera reunión, también me enteré de que Ira había nacido después de tres embarazos interrumpidos y el nacimiento de un niño muerto. "Cuando Ira nació, supe que le daría el mundo si pudiera", manifestó Rebecca. Seguramente, Ira había crecido con la sensación de que era muy especial y que tenía todos los derechos.

Yo sentía curiosidad por saber qué podría estar ocurriendo en la vida de Ira. Los Underwood me dijeron que ganaba 54.000 dólares por año y, sin embargo, nunca parecía tener suficiente dinero. "Es una crisis tras otra", explicó Rebecca. "Está muy ocupado. Se olvida de hacer cosas tales como pagar las boletas de estacionamiento, y es así como el mes pasado la policía le llevó el auto. Es muy bondadoso. Una vez le permitió a su novia que utilizara su tarjeta de crédito y ella gastó varios miles de dólares. No quise que él tuviera que pagar todo ese interés, de modo que le envié el dinero. Estoy segura de que algún día nos lo devolverá." Mientras Rebecca hablaba, Sam sacudió silenciosamente la cabeza.

Les pregunté a Sam y Rebecca si su hijo podría estar en algún problema serio con drogas o juego, pero ellos insistieron en que no podía ser. "Ira se ha graduado en la universidad", declaró Sam. Me reí y les dije que Ira no sería el primer graduado universitario que consumiera drogas o que jugara, pero ellos rápidamente suspendieron mi interrogatorio. Entonces les pregunté si querían invitar a Ira para la próxima reunión. Sam y Rebecca estuvieron de acuerdo, pero pasaría mucho tiempo hasta que su hijo se hiciera presente. Las muchas historias sobre sus problemas de dinero fueron rápidamente adornadas con excusas por no concurrir a la sesión de terapia con sus padres.

Durante las siguientes diez semanas de nuestro trabajo conjunto, Sam y Rebecca decidieron que verdaderamente querían dejar de enviar dinero a Ira. Estaban convencidos de que a los 31 años, Ira debía sostenerse por sí mismo. Además, Sam había tenido un ataque cardíaco leve poco antes de que los conociera, y estaban resueltos a retirarse. Juntos, escribieron a Ira una carta, comunicándole su decisión. A los dos días Ira los llamó debido a una nueva crisis. Por primera vez, los Underwood desestimaron su pedido de dinero.

Nueve días más tarde, los Underwood me llamaron en un ataque de pánico. El teléfono de Ira había sido desconectado. Hacía tres días que no iba a trabajar. Llamaron a un vecino de Ira que les informó que el auto de este no aparecía por ninguna parte. Rebecca me confió que todo el tiempo ella había temido que él se matara si no le enviaba dinero. Llamaron a la policía, viajaron a Pittsburgh y comenzaron a buscarlo entre sus amigos. Después de diez días de miedo y ansiedad, uno de los amigos de Ira le dijo a Sam que Ira estaba en lo de otro amigo. Parecía que deliberadamente se había escondido para amedrentar a sus padres, con el objeto de que le enviaran dinero nuevamente. Llegado este punto, los Underwood le manifestaron a su hijo que tenía que reunirse con ellos en mi consultorio, y, a disgusto, asintió.

Al comienzo de nuestra reunión, Ira continuó insistiendo que sus "cuestiones de dinero", como los llamaba, tenían poca importancia. "No sé por qué todo el lío", dijo Ira, lanzándome una mirada primero a mí y luego a sus padres. "Ustedes siempre me han mandado un pequeño extra cuando lo necesité. Todo cambió con este asunto de la terapia." Tal como lo habíamos ensaya-

do, Sam y Rebecca, con calma, mostraron a Ira el resumen de todo el dinero que le habían enviado durante los últimos tres años. Habían ocultado esta información ante ellos mismos y se sintieron conmocionados al descubrir que habían girado a su hijo cerca de 36.000 dólares. Ira se puso cada vez más nervioso y, riendo, expresó que "estaba recibiendo la herencia en forma adelantada". Yo esperaba, casi, que Sam y Rebecca entraran en la broma, pero esta vez permanecieron en silencio.

Después de una hora y cuarto en que sus padres lo enfrentaron de manera moderada y continua, Ira comenzó a temblar. Se volvió hacia mí y dijo: "Debo mucho dinero; mucho, mucho dinero". De un modo ora desafiante, ora implorante, pero, obviamente, muy atemorizado, Ira finalmente habló a sus padres sobre su problema de juego. Debía varios miles de dólares a un usurero. Estaba viviendo al día, utilizando el dinero de sus padres para pagar el interés del préstamo, y para seguir jugando.

Rebecca y Sam estaban atónitos. "Todas esas historias", musitó Rebecca, "todas las veces que nos llamaste por dinero, eran todas mentiras". Ira comenzó a inventar excusas, pero sus padres lo detuvieron. Sam me miró y dijo: "Todos tenemos mucho trabajo por hacer ahora".

Continué las reuniones periódicas con Sam, Rebecca e Ira, durante casi un año. Ira comenzó a concurrir a Jugadores Anónimos. Se mudó a una vivienda mucho más económica y recortó drásticamente su estilo de vida, anteriormente derrochador. Con la ayuda de un consejero financiero, pudo armar un préstamo legal. Nuestra terapia familiar se enfocó sobre la reconstrucción de la relación de un hijo adulto con sus padres. En tanto que Ira se esforzaba por construir una vida responsable, Sam y Rebecca trabajaban para tener una imagen del hijo como responsable. Necesitamos ventilar años de mentiras y explotación que, de hecho, se habían originado en la adolescencia de Ira. Surgió que Ira se reunía con un grupo de chicas y muchachos en la escuela secundaria de clase media alta a la que concurría, que lo convencieron de que mentir a los padres era el único modo de evitar ser "hostigado". La aceptación sin cuestionamientos que Sam y Rebecca daban a todo lo que les dijera su hijo, sumada a su compulsivo deseo de hacerle la vida fácil, se mezclaron con las mentiras de Ira para crear y sostener una red de autoocultación.

La última vez que vi a Sam y Rebecca, les di una foto enmarcada de un cheque en blanco, con una leyenda abajo que decía: "Dinero de protección. Ya no se encuentra disponible aquí". Les sugerí que lo colgaran en la pared de su nuevo hogar en California. "Habrá momentos en el futuro", les dije, "en que necesitaréis un pequeño recordatorio".

Secretos que guardamos ante nosotros mismos

Una persona con una enfermedad terminal continúa hablando sobre "mejorarse", y quizá muera sin siquiera saber lo que está ocurriendo. Otra persona, bajo el riesgo de una enfermedad genética para la cual no existe cura, decide posponer un examen clínico, prefiriendo vivir con el interrogante, en vez de hacerlo con la certidumbre.[2] Un padre alcohólico insiste en que es un ciudadano responsable, sin problemas con la bebida, porque va a trabajar todos los días. Una mujer que abusa de los tranquilizantes se dice a sí misma que el médico no los recetaría si causaran problemas. Una madre ignora los sonidos que escucha por la noche y la ausencia de su marido junto a ella en la cama, porque enfrentarse a su incesto significa que debe dejarlo. Una adolescente que se consume con un serio trastorno de la alimentación, se dice a sí misma y a su familia que tiene una delgada figura a la moda. Un joven de una conservadora familia religiosa es incapaz de permitirse saber que la atraen los hombres.

Los seres humanos tenemos una capacidad asombrosa para impedirnos saber lo que sabemos. Podemos eliminar lo que tenemos directamente ante nuestros ojos. Distorsionando la información más obvia, nos hacemos trampa a nosotros mismos y, a veces, pagamos un alto precio que afecta nuestro bienestar y la calidad de nuestras relaciones.

Guardamos secretos ante nosotros mismos, cuando activamente elegimos no saber o cuando negamos pasivamente. La falta de preparación para saber, un miedo paralizante, la autojustificación, la autoindulgencia, la complicidad con otros, y una presión abrumadora para adaptarse, son todos factores que pueden conducirnos a formar secretos ante nosotros mismos.

Jonathan Whiteson tenía 32 años cuando se entrevistó por primera vez con mi colega, el terapeuta familiar y psiquiatra Gary Sanders.[3] Cuando tenía 18 años, Jonathan recibió el diagnóstico de epilepsia del tipo gran mal. Sus ataques eran severos, le impedían trabajar y lo obligaban a vivir con sus padres. Si bien los medicamentos disminuían la frecuencia de sus episodios, la severidad de estos era la misma, incluyendo pérdida de la conciencia y la memoria. Jonathan tenía ataques serios aproximadamente cada mes.

Durante una hospitalización para realizarse una batería completa de estudios, el equipo de enfermería advirtió que Jonathan había tenido un ataque sin correlato en el registro electroencefalográfico. En ese momento le pidieron a Gary Sanders que tuviera una entrevista con él.

Durante la primera reunión, Gary Sanders indagó sobre el primer ataque de Jonathan, preguntando en particular qué había estado ocurriendo en su vida durante ese tiempo. Dada esta apertura, Jonathan, dolorido y vacilante, relató una historia que nunca había contado antes. En la escuela secundaria, Jonathan se había enamorado de otro muchacho, su mejor amigo, que parecía tener sentimientos similares por él, aun cuando ambos también estaban saliendo con chicas. Pero cuando Jonathan trató de iniciar una relación más íntima, el amigo lo atacó. Jonathan estaba confundido, destrozado y demasiado avergonzado para contárselo a alguien más. Poco después del incidente, Jonathan tuvo su primer ataque "epiléptico", que lo puso tan mal que no pudo asistir a su graduación en la escuela secundaria, un acontecimiento para el cual él y su mejor amigo habían planeado hacer una doble cita.

Jonathan pasó los siguientes 15 años guardando el secreto de su homosexualidad, tanto ante los demás, como ante sí mismo. Su enfermedad parecía requerir que estuviera cerca de su casa. Se sentía incapaz de funcionar como un adulto independiente.

Después de un ataque, frecuentemente padecía amnesia de lo que había ocurrido unos pocos días antes. Una parte significativa de su vida faltaba en su conciencia. Continuó saliendo con mujeres que eran consideradas "adecuadas" por su familia y su iglesia, pero nunca se desarrolló ninguna relación. Albergaba sentimientos antihomosexuales, insistiendo en que la gente homosexual y lesbiana era débil, perturbada e inferior.

Construyó una vida en la que simplemente no tenía acceso a una dimensión crucial de sí mismo. Sus ataques no eran epilepsia, sino un torbellino de su psique.

En su trabajo conjunto, Gary Sanders desarmó con tacto el secreto que Jonathan tenía consigo mismo. Una vez que este tomó la dolorosísima decisión de contar la historia que nunca había contado, no pudo guardar por más tiempo el secreto ante sí mismo. Al experimentar una aceptación verdadera por lo que era, por primera vez, Jonathan comenzó a permitirse saber y ver más sobre su vida. Como a menudo ocurre, el secreto nocivo había llegado a controlar toda su existencia. Cuando aceptó el mandato de su familia y de su religión contra la homosexualidad, pagó un precio terrible y dramático con su propia salud y su capacidad para funcionar como adulto. Mas con la ayuda de Gary Sanders, Jonathan comenzó a ver que tenía opciones. Desde que se rehusó a guardar su homosexualidad en secreto, primero ante él mismo y luego ante aquellos que amaba, sus ataques desaparecieron gradualmente.

Como muchos secretos que una persona guarda ante sí misma, el secreto de Jonathan estaba enraizado en un contexto social que requería conformidad con una concepción estrecha de la vida y las relaciones. Cuando ser diferente de la mayoría, en una cultura dada, nos expone a la posibilidad de ser castigados, nuestras características diferentes son ocultadas. Las exigencias sociales de adaptación, unidas a la amenaza de que la rebelión sea penalizada, pueden conducir a la supresión de la realidad más íntima de una persona. Si usted proviene de una familia donde la convencionalidad y la obediencia son los valores reinantes, es probable que usted esconda cualquier apartamiento del "programa" familiar, en principio ante los otros y finalmente ante su propia conciencia.

La complicidad en los secretos ante uno mismo

En tanto que los secretos que se guardan con uno mismo parecen situarse en una persona, su mantenimiento requiere frecuentemente la complicidad silenciosa de otros. Cuando trabajé con los Underwood después de que el secreto de Ira saltara a la luz, tanto Sam como Rebecca admitieron que habían

sospechado que muchas de las así llamadas crisis económicas de Ira no eran verdaderas. Ninguno le había confiado esto al otro, y ambos enterraron sus sospechas, temerosos de decirlas en voz alta o de cuestionar a su hijo.

De modo similar, los secretos que guardamos ante nosotros mismos a menudo son obvios para otros. Si elige guardar silencio, mientras alguien que usted ama oculta un secreto ante sí mismo, puede que sea necesario que examine qué hay detrás de su negativa a tomar partido.

Cuando Penny James, de 25 años, y su novio, Víctor Buckingham, de 32 años, vinieron a verme tres meses antes de su boda, comenzaron la primera sesión insistiendo en que no tenían problemas. Ellos habían concertado la entrevista, dijo Víctor, porque el ministro de su parroquia pensó que sería una buena idea, y ambos creyeron importante seguir sus recomendaciones. Mientras estaban allí sentados, contándome cada detalle de un casamiento muy planeado, digno de las páginas de *Bride's*, se me presentó con claridad el secreto de Penny, bien visible pero no mencionado. Sentada en diagonal a mí estaba una mujer de 1,65m de estatura que pesaba quizá 43 kilos. Ya avanzada la entrevista, cuando le pregunté a Penny si tenía algún problema con su peso, me contestó rápidamente que ¡planeaba bajar dos kilos antes del casamiento! Víctor echó una mirada por la ventana mientras Penny comentaba que todavía estaba un poco demasiado "rechoncha" para su vestido de novia.

Cuando llegué a conocer a Penny y a Víctor, se hizo evidente que su severa anorexia era un secreto que Penny guardaba ante ella misma y, al mismo tiempo, un secreto abierto para toda su red social de familiares y amigos, donde nunca nadie había comentado sobre la desaparición virtual de esta joven mujer.

Penny y Víctor se habían comprometido un año antes. Al momento de su compromiso, Penny pesaba 59 kilos. Su madre y su futura suegra la criticaron por su sobrepeso y le manifestaron su esperanza de que "adelgazaría" para su casamiento. Tanto Penny como Víctor provenían de familias de fortuna y su compromiso era considerado por familiares y amigos como "perfecto". Víctor era un banquero inversionista que estaba haciendo mucho dinero. Penny se había graduado en una exclusiva universidad de mujeres. Si bien era brillante, no se esperaba

de ella que trabajara fuera del hogar. Tal como su madre y su abuela, se esperaba que Penny mantuviera un hermoso hogar y que se dedicara a trabajos de caridad. Paradójicamente, a medida que Penny iba adelgazando se ajustaba, por un lado, al modelo de feminidad de su familia y, por el otro, demostraba silenciosamente lo grotesco de este ideal.

En la primera parte de nuestro trabajo conjunto, Penny y Víctor mantuvieron un frente unido e impenetrable. "Todos nuestros amigos dicen que somos la mejor pareja que han conocido", dijo Penny. "Nunca nos peleamos. Estamos de acuerdo en todo. Somos el uno para el otro." Cuando terminó de hablar, Víctor le dio unas palmaditas en la cabeza como si se tratara de una niñita o una mascota.

El poder del secreto que Penny mantenía ante sí misma, y la complicidad de Víctor en él, se hicieron obvios cuando sugerí que quería tener entrevistas con cada uno de ellos por separado. Nuestro trabajo entró en una caída en picada. Cada uno canceló sus citas individuales conmigo. Se les "olvidaron" las horas de las entrevistas concertadas. Aparecieron juntos, manifestando que era "más fácil" hacerlo así. Al pedir verlos una vez a cada uno por separado, yo había amenazado poderosamente los mitos de que ellos no tenían conflictos y que el enflaquecimiento de Penny no tenía importancia. Finalmente les pedí verlos con el ministro que los había enviado a mí. Mi elección de ampliar nuestro círculo permitió a Penny y a Víctor oír una versión diferente de su vida de la que seguían contándose a sí mismos.

Cuando Penny, Víctor, el Reverendo Allenby y yo nos reunimos, le pregunté al ministro qué había motivado su preocupación por la pareja. Al principio vaciló, y luego comenzó a hablar acerca de que contemplaba impotente cómo Penny había dejado prácticamente de comer durante el último año. Sus intentos de hacerles conocer esa preocupación a los padres de Penny o a los de Víctor habían caído en el vacío. Mientras hablaba de que había conocido a Penny desde su nacimiento y bautismo, de que la había visto crecer y transformarse en una mujer brillante y capaz, Penny comenzó a llorar. "Mi vida se acabó", sollozó. "Quiero hacer el posgrado de antropología. Quiero enseñar en una universidad. Nunca haré nada de eso."

Víctor estaba estupefacto. "Pensé que querías las mismas

cosas que yo", dijo con enojo. "Me mentiste." Víctor se levantó para marcharse de la sesión, pero, con tranquilidad, le pedí que esperara y que escuchara.

Mientras hablábamos esa tarde, se hizo visible que Penny había perdido todo rastro de qué era lo que quería. La totalidad de su atención se había volcado a su peso, a lo que estaba "mal" en su cuerpo. A medida que iba adelgazando y nadie manifestaba una opinión en contrario, creció proporcionalmente en Penny el convencimiento de que no valía nada como persona. Debido a que sentía que su vida estaba fuera de control, la comida y el comer se transformaron en el último refugio de aparente control. Cuando su familia y Víctor aprobaron su pérdida de peso, Penny reaccionó con rituales cada vez más caprichosos relacionados con las comidas, incluyendo una creciente lista de alimentos a los que se consideraba "alérgica", comidas que no se podían ingerir conjuntamente, comidas que no podían entrar en contacto una con otra. Proclamó que había una duración adecuada para la comida. Se negó a comer en restaurantes. Nadie hizo ningún comentario ni la desafió.

Con acciones, en lugar de palabras, Penny estaba expresando su pena. Cuando nadie le prestó atención ni le respondió, dejó de saber lo que estaba sintiendo y qué estaba haciendo. Hasta nuestra entrevista, en que su negación finalmente cedió, la peligrosa anorexia de Penny era un secreto ante ella misma, un secreto sostenido por su familia, su novio y la familia de este, los valores de su mundo social, y la creencia de todos sobre lo que significaba ser una "buena" mujer.

Mi trabajo con Penny y varios miembros de su familia continuó por un largo período. Como en muchas familias donde emergen desórdenes de la alimentación, tales como la anorexia o la bulimia, la individualidad real y los deseos dolorosamente no reconocidos habían sido escondidos durante mucho tiempo bajo un velo de perfeccionismo, apariencia, estatus social y compostura. Tuve que recordar muchas veces a Penny y a su familia que aquella casi había elegido la muerte en lugar de defraudar las expectativas que la comunidad y su familia reunían sobre ella.

Así como su anorexia era un secreto para consigo misma, todos los deseos y las expectativas de su vida se habían transformado en un secreto ante ella misma y ante todos los

demás miembros de la familia. Vencer la anorexia requirió que Penny se enfrentara con los planes que su madre y su padre habían trazado para su vida. Rompió su compromiso con Víctor, provocando la ira de ambas familias. A lo largo de varias generaciones, la familia James había evitado el conflicto a toda costa. El secreto desorden de la alimentación de Penny había mantenido el statu quo en un momento en que era necesario un cambio radical. Cuando Penny comenzó a intentar recuperar su identidad, su familia luchó penosamente para manejar otras diferencias. Hacia el final de nuestra terapia, Penny se mudó de la casa de sus padres y comenzó un programa para doctorarse en antropología. El señor y la señora James se pusieron en contacto conmigo diez meses más tarde: por primera vez en su largo y generalmente silencioso matrimonio, la madre de Penny expresaba opiniones diferentes de las de su esposo.[4]

Tanto Jonathan Whiteson como Penny James, guardaron secretos ante ellos mismos que afectaban poderosamente su propio bienestar. Cada uno sacrificó su salud con el objeto de acomodarse a los estándares sociales que no se adecuaban a ellos. Al tratar de adaptarse cada vez con mayor esmero a vidas que eran imposibles, cada uno fue perdiendo en conocimiento de sí mismo, hasta que los aspectos más esenciales de sus vidas se transformaron en secretos para ellos. Y como les sucede a muchos otros que guardan secretos ante la parte más esencial de su ser, ninguna de las personas que los conocían protestó, ni objetó lo que estaba pasando, ni dio su opinión, facilitando, de este modo, que el nudo del secreto se ajustara todavía más fuertemente.

Algunos secretos para consigo mismo corren el riesgo de ser peligrosos para otros. Cuando uno de estos secretos involucra el alcohol, las drogas, el juego, el sexo inseguro o las enfermedades de transmisión sexual, la ceguera personal puede perjudicar directamente tanto a los compañeros íntimos como a los eventuales. A diferencia de los secretos para consigo mismo que surgen a partir de una presión abrumadora por adaptarse, estos son secretos que tienen su origen en la imposibilidad de ponerse un freno en el momento preciso. Incluyen momentos en que *se elige* no saber, sin tener en cuenta las consecuencias para los demás. Si alguna vez ha guardado uno de estos peli-

grosos secretos ante usted mismo, sepa que cuando la niebla desaparece, queda mucho trabajo por hacer en la reparación de las relaciones.

Madres, bebés y el examen de HIV: ¿se puede guardar este secreto?

Sandra Balik es una enfermera de un centro de salud para la comunidad, que me contó una historia sobre su intento de convencer a una de sus pacientes para que se efectuara un examen de HIV al comienzo de su embarazo. "Fue a practicarse el examen, pero nunca regresó para conocer los resultados", expresó Sandra. "Hice el seguimiento de esta paciente, pero ella ponía una excusa tras otra. Finalmente le dije: 'Pensé que quería saber si era o no HIV positiva'. La mujer me miró intensamente y respondió: 'No, *usted* quería saber'."

Los dilemas éticos inherentes a los secretos ante sí mismo encuentran una expresión cabal en la pregunta acerca de si se debe hacer (y cómo) el análisis para detectar el HIV en los bebés recién nacidos. Cuando se le realiza el análisis de HIV a un bebé y da positivo, esto no significa automáticamente que el bebé esté infectado con el virus. De hecho el 75% *no* está infectado, sino que más bien llevan anticuerpos de sus madres. Estos bebés darán resultados negativos varios meses más tarde. Pero todas las madres de niños que dan resultado positivo, *están* infectadas con HIV. En resumen, practicar la prueba al bebé es, en realidad, hacerlo a la madre, con su conocimiento o sin él.

Lo que al principio aparenta ser un secreto que guarda ante sí misma una mujer que elige no saber si es o no HIV positiva, es, en verdad, una señal del implacable estigma y del miedo asociado a esta enfermedad. Si el SIDA fuera considerado una enfermedad como cualquier otra, los secretos sobre esta serían mucho menos probables. En cambio, las madres recientes que pueden estar infectadas con HIV deben atravesar la odisea de recibir un diagnóstico que puede desembocar no sólo en que se enteren de que tienen una enfermedad que trunca la vida, sino también en la censura de toda la comunidad. La autoocultación ligada al tema del examen obligatorio de HIV para los recién

nacidos es una ilustración elocuente de la necesidad de preguntarse precisamente dónde residen estos secretos. Si bien puede parecer que se alojan en una persona, su significado y consecuencias rara vez están ubicados sólo en nuestro yo individual. La familia, los vecinos y las instituciones son parte integrante de este secreto privado.

Las cambiantes costumbres políticas y sociales relacionadas con este campo, demuestran dolorosamente qué los secretos ante uno mismo rara vez, o nunca, afectan únicamente a la persona que los guarda. Al abrir un secreto personal, se encontrarán creencias conflictivas sobre la relación entre madres e hijos, entre las mujeres embarazadas y sus médicos, entre el gobierno y las mujeres pobres. Las enormes complejidades éticas y prácticas ligadas a este tema desaparecen rápidamente en el debate extremadamente polarizado entre los políticos y los militantes en la lucha contra el SIDA. ¿Confiamos o no confiamos en que las madres harán lo mejor para sus hijos? ¿Extendemos esta confianza a algunas madres y a otras no? ¿Protegemos una frontera de confidencialidad alrededor de médicos y pacientes? Desde el momento en que el 98% de las mujeres embarazadas que reciben atención prenatal en hospitales públicos están de acuerdo en practicarse la prueba de HIV luego de oír los riesgos y beneficios, ¿las leyes y la política social deben ser gobernadas por el 2% que se rehúsa a practicarse la prueba?[5] ¿Y cuál sería el papel del gobierno al determinar qué información puede ser dada, retenida o impuesta a una mujer, la quiera ella o no? Este particular secreto ante sí misma es una situación tipo en la que se desarrolla la lucha entre la consideración de si la persona está o no preparada para conocer determinada información sobre sí misma, y el derecho de otra persona a insistir en que, esté la persona preparada o no, la información debe serle transmitida.

Cuando las pruebas de HIV son anónimas, como lo han sido hasta el momento, se pueden reunir las estadísticas que siguen el derrotero del HIV/SIDA. Por ellas sabemos, por ejemplo, que 7.000 bebés sobre 2,5 millones, a quienes se les realizó la prueba en 1995, eran inicialmente HIV positivos. De los 7.000, alrededor de 2.000 tenían realmente el virus.[6] Este seguimiento no da información a las madres en cues-

tión sobre sus propios bebés, lo que ha conducido a que se reformulen algunas críticas que comparan las pruebas anónimas con los experimentos de Tuskegee, que se trataron en el capítulo 4.

El debate político se centra en el hecho de si se deben elevar proyectos de ley estaduales y federales que exijan el examen de HIV de todo recién nacido *y*, al mismo tiempo, que se informe a la madre sobre el resultado de la prueba, en caso de que esta quiera saber o no si es portadora del HIV. El secreto subyace en ambos lados de este dilema. Ya sea que el gobierno posea información que sustrae a las madres, o que las madres que eligen no saber sean coaccionadas para escuchar.

Los trabajadores con experiencia cotidiana en el tema SIDA con quienes conversé me dijeron que la abrumadora mayoría de las mujeres embarazadas con quienes están en contacto quieren saber si son o no portadoras del HIV, con el objeto de hacer lo mejor por sus bebés. Al mismo tiempo, una pequeña minoría de mujeres, simplemente, no quiere saber. Una porción más pequeña de estas mujeres puede estar poniendo en peligro a sus bebés.

Las pruebas obligatorias propuestas por los políticos, me manifestaron estos trabajadores, están basadas en la creación de una figura sin entidad propia, ya se trate de un monstruo que descuida el bienestar de su bebé, o de una ignorante que necesita que el gobierno le diga lo que tiene que hacer. Los militantes de la lucha contra el SIDA insisten en que las pruebas obligatorias ahuyentarán a algunas mujeres embarazadas de la necesaria asistencia prenatal y de la oportunidad de obtener asesoramiento eficaz. También convertirán a las mujeres embarazadas en el único grupo civil elegido para la prueba obligatoria de HIV.

Paradójicamente, algunos de los políticos que quieren las pruebas obligatorias son los mismos legisladores que expresan su deseo de que el gobierno no se inmiscuya en la vida de las personas. No hay duda de que los secretos que algunos ciudadanos guardan ante sí mismos son convenientemente definidos como "derechos de privacidad", en tanto que los de otros ciudadanos son definidos como "el derecho del público a saber".

La problemática específica para la realización de la prueba a los recién nacidos contiene preguntas que se refieren a las circunstancias especiales que lo llevan a guardar ante usted mismo cualquier secreto que pudiera dañar a otra persona.

- ¿Cuándo sucede que guardar un secreto ante usted mismo lo involucra solamente a usted, y cuándo afecta a los demás?
- ¿ Cuál es su responsabilidad cuando está eligiendo enérgicamente guardar un secreto ante usted mismo, y al hacerlo afecta a otros?
- ¿Quién tiene el derecho de intervenir en su elección de guardar un secreto ante usted mismo? ¿La familia, los amigos, los médicos, el gobierno?

Secretos sobre usted mismo: aprender a vivir con el misterio

La cultura norteamericana promueve la creencia de que, en última instancia, todas las cosas son conocibles. La psicología pop ha promocionado, en la segunda mitad del siglo XX, el conocimiento de nosotros mismos como un requisito para una buena vida. Los libros de autoayuda y las filosofías *New Age* nos seducen con la falsa promesa de que si simplemente trabajamos lo suficiente y el tiempo necesario, lograremos una completa conciencia de nosotros mismos. Las nuevas pruebas genéticas hasta ofrecen la promesa de doble filo de informarnos acerca de nuestro futuro.

En todo esto, los límites del autoconocimiento rara vez se aprecian. Adquirir ciertos tipos de conocimiento sobre nosotros mismos puede resultar imposible. El esfuerzo por revelar un secreto en particular puede conducir a un callejón sin salida: la ley y las políticas institucionales pueden resultar un obstáculo para ello, o los familiares que podrían dar alguna res-

puesta pueden haber muerto. O, como ya hemos visto, usted puede decidir que es mejor para su vida *no* conocer cierta información, tal como la posibilidad de una enfermedad. Muchas personas se ven obligadas a vivir con secretos, o eligen hacerlo.

Cara Feldston tenía 27 años cuando vino a terapia por primera vez. Había abandonado la universidad cuando tenía 19 años. Mientras escuchaba, oí la historia de una joven que había andado a la deriva durante varios años. Trabajos temporarios, relaciones cortas y amistades breves marcaban su vida de joven adulta. Cuando le pregunté qué pensaba sobre esto, Cara respondió: "Si nací de una inseminación por donante ¿qué otra cosa se puede esperar?"

Cara prosiguió contándome que cuando tenía 14 años descubrió que su padre biológico era un donante de esperma. Sus padres habían decidido no decirle nunca el origen de su nacimiento. Se enteró de la inseminación por una tía que estaba enojada con su papá. Cuando Cara enfrentó a sus padres con esta información, le dijeron la verdad. Le relataron cómo su mutuo y profundo deseo de un bebé había sido frustrado por la infertilidad del padre.

Cara me dijo que ahora entendía por qué ellos habían guardado el secreto: habían tenido la esperanza de protegerla del sentimiento de ser diferente y también habían querido proteger al padre de sentirse mal consigo mismo. Pero a los catorce años, se había puesto furiosa con ellos. Su adolescencia se volvió tormentosa. Sin formular otras preguntas, Cara decidió silenciosamente que cuando tuviera 18 años podría conseguir información sobre el donante; tenía un primo adoptado que había buscado a su madre biológica a esa edad.

Cara dejó su casa para ir a la universidad a los 18 años, y de inmediato se puso en contacto con el laboratorio que sus padres habían utilizado. Rápidamente descubrió que no se habían guardado registros identificables; *nunca* podría conseguir información acerca de su padre biológico. A lo largo de los nueve años siguientes, Cara se consumió con este tema. Le ocupaba prácticamente todos sus pensamientos. En un momento en la vida de una joven adulta en que debería dedicarse al estudio, a la elección de carrera, y en el comienzo de una relación íntima, Cara parecía no tener lugar para ninguna otra cosa en su vida que para el interrogante sobre su padre

biológico. Cuando la conocí estaba enojada, deprimida y exhausta.

Comencé nuestro trabajo juntas confirmando la pérdida que Cara había sufrido. Durante los nueve años previos, todos habían estado diciéndole que "se olvidara de eso", que "viviera con eso", y que "no puedes cambiar lo que no se puede cambiar". Todos estos consejos habían conseguido que Cara se sintiera mal por sentirse mal. Reaccionó alejándose de amigos bien intencionados y de miembros de la familia, de modo que al comenzar la terapia estaba bastante aislada. Le pedí a Cara que me trajera un símbolo de su sensación de pérdida. Me trajo una pequeña caja de mármol que no tenía abertura visible. "Esta es mi vida y no puedo entrar en ella, no importa lo que haga", dijo Cara.

En forma gradual y con suavidad, puse en cuestión la idea de Cara de que la caja que no podía abrir contenía la totalidad de su vida. La insté a considerar lo que estaba fuera de la caja y era también parte de su vida. Le pregunté si sabía de alguien que tuviera un conocimiento total de su historia. La invité a que hablara con sus amigos sobre las partes de su vida que fueran un misterio para ellos. Descubrió que, mientras su misterio en particular era de gran magnitud en comparación con los de otros, todos tenían algunos aspectos de su vida que desconocían. Para su sorpresa, una compañera de trabajo le dijo que había elegido deliberadamente no saber su probabilidad genética de desarrollar un cáncer de mama. Habló con un viejo amigo que había hecho una búsqueda sobre su adopción, al cabo de la cual descubrió que su madre biológica había muerto y que no había modo de conseguir ninguna información acerca de su padre biológico. Cara finalmente reconoció: "Sabía que no era la única persona que enfrentaba esto, pero siempre me sentí como si lo fuera".

Durante varios años Cara se había dicho a sí misma que no tenía nada que ver con su familia. Le pedí que mirara más detenidamente, que explorara los modos como ella se parecía a su familia, y también aquellos en los que difería. Le sugerí que hiciera la misma pregunta a las personas que conocía y que habían sido criadas por sus padres biológicos. Las tajantes diferencias con que se veía a sí misma comenzaron a suavizarse.

Una parte importante de nuestra terapia implicó la escritura de cartas. Le sugerí a Cara que escribiera cartas a su padre

donante, expresando sus sentimientos y haciéndole preguntas, y le dije que, desde el momento en que algo de él estaba en ella, podía también escribir las que ella pensaba serían sus respuestas. Esta "correspondencia" resultó ser una instancia crítica de nuestro trabajo. "Mi padre biológico siempre será un fantasma, y a pesar de eso, puedo establecer contacto con él cuando necesito", me dijo Cara más adelante. "Lo había idealizado y pensé que las respuestas a todos mis problemas en la vida estaban en descubrir quién era. Ahora pienso que probablemente era un estudiante universitario que necesitaba dinero; me dio la mitad de mi material genético, ¡pero yo soy mucho más que un simple espermatozoide!"

Preparé a Cara para conversar con más profundidad con sus padres sobre su decisión inicial de tener un bebé por medio de una inseminación por donante. Todavía no había hablado con ellos sobre nada de esto, desde que tenía 14 años, excepto para soltarles todo su enojo. Su madre le contó cómo había sido, casi treinta años atrás, descubrir la infertilidad de su esposo. Su ginecólogo la había instado a que mintiera a su esposo, a que se realizara la inseminación y nunca se lo dijera, pero ella se opuso. Su padre le refirió cuán avergonzado había estado, y cómo se le había hecho sentir menos hombre. Mientras Cara escuchaba la historia de sus padres, la atención sobre ella misma como víctima se disolvió.

Lentamente, comenzamos a dar un significado diferente a su problema. "Todavía deseo que hubiera sido manejado de otra forma", dice Cara, "pero ahora me doy cuenta de que mis padres hicieron lo mejor con lo que tenían. Voy a dedicar algo de mi tiempo como voluntaria con niños adoptados". En el momento en que concluimos la terapia, Cara había regresado a la universidad y se había reconectado con su mejor amiga de la escuela secundaria.

Nunca podrá descubrir todo sobre su padre biológico. Nunca sabrá la mitad de su historia clínica, de sus orígenes étnicos, o si tiene algún hermanastro o hermanastra. No obstante, el secreto que manejaba toda su vida cuando la entrevisté por primera vez, está ahora integrado como una *parte* significativa de aquella. Se nos dice que si trabajamos duramente en las cuestiones psicológicas de nuestras vidas, alcanzaremos algo llamado "cierre". Pero en la apertura de los secretos para con-

sigo mismo, a menudo se trata menos de un cierre y más de una expansión y reconexión, primero con uno mismo y luego con nuestros íntimos.

Notas

1. Si bien se habla mucho acerca del costo de los inmigrantes ilegales para los Estados Unidos en su conjunto, y para los estados individualmente, aquel está más que compensado por los impuestos que pagan. De acuerdo con el Instituto Urbano, una organización de investigación independiente, los inmigrantes documentados y no documentados pagan 70.300 millones de dólares por año de impuestos, en tanto que reciben 42.900 millones de dólares en servicios. El hecho de que esta información no sea ampliamente conocida por el público contribuye a crear una atmósfera donde el secreto está impulsado por el prejuicio. Véase R. Rayner, "What Immigration Crisis?" en *The New York Times Magazine*, 7 de enero de 1996, pp. 26-31, 40, 46, 50, 56, un artículo impecablemente escrito y muy bien documentado, que detalla los modos como la inmigración indocumentada ha sido presentada como un tema político que explota el racismo y la xenofobia.

2. Véase C. Siebert, "The DNA We've Been Dealt", The *New York Times Magazine*, 17 de septiembre de 1995, para un análisis personal y conmovedor de la lucha de un hombre para decidirse acerca de un examen genético, debido a una cardiopatía incurable que llevó a la muerte a su propio padre. A través de entrevistas con genetistas, con los miembros de una gran familia extensa que enfrenta una enfermedad heredada, y las concienzudas reflexiones sobre su propia situación, Siebert nos ayuda a considerar la pregunta de cuándo es conveniente guardar un secreto ante nosotros mismos.

3. Esta historia está adaptada de G. L. Sanders, "The Love That Dares to Speak Its Name: From Secrecy to Opennes in Gay and Lesbian Affiliations", en E. Imber-Black (comp.), *Secrets in Families and Family Therapy.* Nueva York, W. W. Norton and Co., 1993.

4. Para un excelente y minucioso análisis de la relación entre desórdenes de la alimentación y el secreto, véase L. G. Roberto, "Eating Disorders as Family Secrets", en E. Imber-Black, (comp.), *Secrets in Families and Family Therapy.* Nueva York, W. W. Norton and Co., 1993.

5. Estas cifras son de *All Things Considered*, Radio Nacional Pública, "Illinois Legislature Set to Debate Mandatory AIDS Testing", 7 de marzo de 1995.

6. J. Purnick, "When AIDS Testing Collides with Confidentiality", *The New York Times*, 18 de mayo de 1995, p. B4.

8
Contraer y romper compromisos: parejas, intimidad y secretos

> Tener una relación honorable contigo no significa que tenga que comprender todo, o contarte todo al instante, o que pueda saber por adelantado todo lo que necesito contarte. Significa que la mayor parte del tiempo estoy dispuesta, deseando la posibilidad de contarte... Que ambos sabemos que estamos tratando, todo el tiempo, de ampliar las oportunidades de sinceramiento entre nosotros. La posibilidad de vida entre nosotros.
>
> ADRIENNE RICH

Los terapeutas de pareja y familia ocupan una posición privilegiada para la observación del cambio social. Aun antes de que una tendencia capte la atención del público, vemos su efecto en la intimidad de la vida cotidiana de las parejas con las que trabajamos. Nuevos problemas entran al consultorio. Los viejos problemas desaparecen. Y las expectativas de las parejas con respecto a sus relaciones sufren cambios radicales.

Hace 25 años atendía casi exclusivamente a parejas casadas. Venían a terapia por una de dos razones: o estaban en medio de una crisis, a menudo relacionada con el descubrimiento de alguna aventura amorosa, o querían ayuda para decidir si continuaban casados o se divorciaban. A comienzos de la década de 1970, el así llamado matrimonio abierto había arrasado porciones de nuestra cultura, dejando a muchos matrimonios en ruinas. La autoridad religiosa y la tradición familiar que habían mantenido a flote a muchos matrimonios vacilantes sufrían un desafío. Permanecer juntos había sido alguna vez una exigencia social y religiosa; ahora se lo veía cada

vez más como una elección personal. Concurrir a terapia de pareja o divorciarse ya no era tabú.

Desde fines de la década de 1970, y durante los años 80, comencé a atender más parejas casadas que querían mejorar la calidad de su relación. Estas parejas iniciaban una terapia antes de entrar en una crisis grave, y muy lejos de considerar la idea del divorcio. Para las parejas de clase media y de clase media alta, el impacto de los cambios conquistados por el movimiento feminista, incluyendo el empleo femenino, la postergación del nacimiento de los hijos y la necesidad de realinear las relaciones hombre-mujer, en el trabajo y en el hogar, presentó desafíos únicos. Los problemas asociados a secretos sobre sexualidad, aborto, pérdida del embarazo, infertilidad y dinero se abrieron camino en mi consultorio, sumándose a los anteriores secretos, relacionados con aventuras extramatrimoniales. Durante el mismo período, los secretos vinculados con sexo prematrimonial y nacimientos anteriores al casamiento desaparecieron casi totalmente.

También comencé a ver muchas más parejas no casadas, tanto heterosexuales como homosexuales, que convivían. A menudo querían enfrentar y resolver las dificultades que se presentaban en la relación, antes de establecer un compromiso más profundo. Vivir juntos antes del casamiento o prescindiendo del mismo ya no era un secreto ante la familia extensa para la mayoría de las parejas heterosexuales. Muchas parejas de homosexuales y lesbianas, por otra parte, estaban encarando simultáneamente los problemas de la relación y los dilemas asociados con el secreto y con la posibilidad de dar a conocer la situación a la familia extensa.

Durante los últimos diez años, también he comenzado a atender una cantidad más numerosa de parejas con diferencias religiosas, étnicas y de clase social. Cuando estas parejas vienen por primera vez a terapia, raramente sitúan sus problemas en estas diferencias. A menudo guardan secretos sobre estas diferencias, tanto mutuamente como ante ellos mismos. Al comienzo de su relación, cuando se sienten inicialmente atraídos justamente *por* la diferencia, encuentran sus divergencias demasiado candentes para dirimirlas abiertamente. Como muchas parejas nuevas, se solazan con todos los aspectos en que se asemejan. Pero al evitar los potenciales conflictos culturales y religiosos, sin saberlo, colocan bombas de tiempo que, con seguridad, explotarán en años venideros.

Más recientemente, he comenzado a recibir pedidos de terapia de parejas que están saliendo, formadas tanto por personas jóvenes como por personas de 40 o 50 años, que se han divorciado y que vuelven a estar en la búsqueda de una pareja después de 20 o 25 años de matrimonio. En épocas anteriores, muchos de estos hombres y mujeres hubieran comenzado una terapia individual. ¿Por qué vienen ahora juntos al consultorio, después de seis, tres o hasta un mes de conocerse?

Creo que la respuesta a esta pregunta radica en los importantes cambios de la cultura contemporánea, que parecen requerir, aun para las parejas que recién se han conocido, que compartan información y se confíen secretos, mucho antes de lo que lo hubieran hecho en una época anterior.

Comenzar a conocerte, comenzar a conocer todo sobre ti

Bill Monsey, de 32 años, y Karen Stillman, de 34, vinieron a verme para unas pocas sesiones, después de haber estado saliendo durante cuatro meses. Ninguno de los dos había estado casado con antelación, y el matrimonio no asomaba en sus planes. Cada uno tenía un buen trabajo y un hermoso apartamento, y ni siquiera consideraban la posibilidad de convivir. No obstante, se tenían mucho afecto y pensaban que existía potencial para una relación comprometida. Vinieron a verme porque, como lo presentó Bill: "Nos sentimos como si estuviéramos paralizados. Ninguno de nosotros sabe cómo hacer avanzar la relación. Salimos y nos divertimos, pero todas nuestras conversaciones suenan superficiales".

Les pregunté cómo se habían conocido y qué los había atraído mutuamente. Karen se rió al decir: "Nos conocimos en un baile de solteros y pasamos la velada charlando sobre nuestras experiencias sexuales anteriores, ¡probablemente con más detalle que cuando las vivimos! Me gustó lo honesto que fue, pero resultó un poco difícil saber adónde ir de allí en adelante. Soy muy apegada a mi madre, y cuando le conté sobre esta conversación, me dijo: 'Cuando tu papá y yo nos conocimos, ¡no teníamos ninguna historia sexual sobre la cual conversar!' Mi mamá se inspiró en su madre para construir una relación. ¿Dónde tendré que encontrar yo un modelo?".

Como muchas nuevas parejas de hoy en día, Bill y Karen estaban enfrentando un dilema. En una época marcada por el SIDA, el herpes y otras enfermedades de transmisión sexual, la información relativa a relaciones anteriores, que podrían no haber sido compartidas nunca, o que hubieran sido relatadas con menos pormenores y, seguramente, con posterioridad en el desarrollo de la relación, ahora surgen en la primera o segunda cita. Mucho antes de que se estableciera algo cercano a la confianza, los secretos íntimos de la sexualidad –sin mencionar el escozor que provoca imaginar a la pareja en la cama con otros–, fueron parte de la conversación. No hay mapas trazados por generaciones previas, ni modelos culturales, para construir una relación que *comienza* con una revelación significativa, en lugar de tender hacia ella.

"Es tan extraño", intervino Karen, "porque Bill conoce mi historia sexual, pero no siento que realmente me conozca. Le confié algunas cosas de mi pasado, que eran bastante penosas, y, sin embargo, no tengo *ninguna* razón para confiar en él. Contarnos todas estas intimidades al comienzo mismo, nos dio la ilusión de cercanía. Ahora cuando salimos, quiero que la situación se conserve superficial y liviana. Me gustaría que nuestra relación creciera, pero parece que estuviera congelada".

Ni Karen ni Bill habían tenido una enfermedad de transmisión sexual. Ambos sabían que eran HIV negativos. Ambos habían leído cantidades de artículos de revistas populares sobre las relaciones de pareja en los años 90. En el intento de ser responsables y no guardarse secretos sobre sus experiencias sexuales, Karen y Bill se habían metido en un atolladero. Karen sentía que había confiado demasiadas cosas, demasiado pronto; ahora quería retroceder a lo que ella sentía sería una fase inicial de una relación más normal. Bill daba por sobreentendido que si ya se habían contado semejante información íntima, no habría puertas infranqueables. "Quiero contarle a Karen todo sobre mi vida, pero pienso que ella no quiere escucharlo y, ciertamente, no quiere corresponderlo", se lamentó Bill. Una relación que incluyó secretos prematuramente, se había polarizado rápidamente: cuanto más quería revelar Bill, más quería ocultar Karen.

En nuestro breve trabajo conjunto, les pedí a Karen y Bill que pensaran sobre lo que significaba ser actualmente una nueva pareja, en contraste con lo que era cuando comenzaron a salir en su adolescencia. Hablamos sobre lo que implicaba vivir en un

contexto social que parecía requerir la apertura de ciertos secretos mucho antes de que una relación hubiera crecido lo suficiente como para albergar estas revelaciones. Les confirmé que la confusión que sentían era esperable en esa situación. Creo que esta confusión sobreviene cuando secretos muy personales se cuentan demasiado tempranamente, trivializando la relación en lugar de fortalecerla. Un mito contemporáneo, que consiste en la creencia en que contenidos con mucha carga afectiva pueden tratarse fuera de un contexto de relación de gran acercamiento e intensidad, apuntala el intercambio de secretos sexuales entre virtuales extraños, del mismo modo que las confesiones que se realizan en los talk shows. Al confundir la sinceridad en la relación con la franqueza únicamente en el aspecto sexual de la misma, muchas nuevas parejas se cuentan más cosas de las que una relación incipiente puede albergar adecuadamente.

Karen reconoció con agudeza que contarse mutuamente sus experiencias sexuales no significaba que se conocieran tanto como Bill quería creer. Sugerí a Karen y a Bill que cada uno escribiera la historia de su primera cita y que luego guardaran este escrito en un cajón, mientras dedicaban un tiempo a tratar realmente de conocerse uno al otro. De manera simbólica, tomaron los secretos que habían sido revelados demasiado pronto y los volvieron, por un tiempo, "secretos" otra vez.

Decidimos encontrarnos nuevamente en seis meses. Cuando llegaron a la sesión, se mostraban relajados y afectuosos. Habían disfrutado sus salidas y estaban comenzando a hablar acerca de vivir juntos. La antigua puja sobre cuánto debían contar había sido reemplazada por el proceso más natural de conocerse mutuamente a medida que transcurría el tiempo. Los secretos permanecieron en el cajón.

Karen y Bill, y muchas parejas como ellos, están luchando sinceramente para encontrar sentido a las nuevas reglas que rigen las relaciones de los años 90. Las nuevas relaciones se encuentran ahora con un contexto social cargado de contradicciones, en lo que respecta a lo que debe mantenerse en secreto y lo que puede decirse abiertamente. Una década atrás, las historias acerca de novios anteriores no eran tema probable de conversación de parejas que recién se conocían. Pero los actuales anuncios dirigidos al público, instándolo a un sexo seguro, son interpretados a veces en relación a las palabras, en lugar de las acciones.

Seguramente, parece que si una persona que usted recién ha conocido no guarda secretos sobre su pasado sexual es una persona fiable. ¿Lo es realmente? Un genuino deseo de ser responsable puede empujarlo a contar demasiado y demasiado pronto, para encontrarse luego con que la información es utilizada en su contra. Cuando usted escucha las confesiones de un nuevo compañero, una credibilidad romántica puede conmover su corazón, en tanto que un cinismo pragmático acecha en su mente.

Descubrir lo que otra persona hace con nuestros secretos ha sido siempre esencial cuando se construye una relación. Qué parte de usted mismo guarda para sí y qué parte elige compartir, contribuye poderosamente a la nueva relación. Ya sea que su revelación sea recibida con amabilidad o con aspereza, sea tratada con respeto y reciba una respuesta recíproca, o sea traicionada, dice mucho sobre la persona que está a su lado. Nunca antes, las revelaciones tuvieron este peso en cuestiones de salud, enfermedades crónicas, riesgos de posterior infertilidad, o hasta de muerte. Y nunca antes hubo tanto en juego en las actitudes de honestidad o deshonestidad al principio de una relación.

Cuando las revelaciones se vuelven peligrosas

Cuando Nicole Sondergard vino a verme para una terapia individual, estaba luchando por encontrar el rumbo en una relación en la que se sentía presionada para revelar secretos.

Nicole tenía 22 años cuando comenzó a vivir con su novio de 27 años, Allan Cermak. La pareja se había conocido un año antes, y habían empezado a vivir juntos seis meses antes de mi primera entrevista con Nicole. Las familias de ambos residían lejos. Se habían comprometido poco antes de que Nicole me llamara para la primera entrevista.

"Pensé que conocía a Allan, pero últimamente es como alguien que no conozco en absoluto", refirió Nicole. "Antes de que nos mudáramos juntos, Allan decía que debíamos discutir nuestras relaciones pasadas. A mí, realmente, no me gustaba la idea, pero Allan insistió en que era un signo de confianza. Me dijo que si no le contaba todo acerca de mis novios anteriores, eso significaba que no estaba preparada para vivir con él".

"Al principio no pareció producir ningún efecto particular, pero desde el momento en que Allan me dio mi anillo de compromiso, todo lo que hace es hablarme sobre mis antiguos novios y hacerme preguntas. Últimamente ha comenzado a seguirme cuando voy a trabajar o cuando me encuentro con un amigo. Es como si hubiera tomado lo que le confié y lo hubiera transformado en algo reprobable", manifestó Nicole con tristeza.

Nicole continuó contándome que había tenido algunos novios y relaciones sexuales antes de conocer a Allan, pero que este sólo había tenido una verdadera novia, que lo había dejado por otro hombre poco antes de que la conociera a ella. Ahora Allan estaba usando todo lo que Nicole le había contado para castigarla. La perseguía constantemente para que le contara más detalles de sus relaciones previas. Cuando ella respondía, él se enojaba. Cuando se negaba a responder, también se enojaba. Insté a Nicole a que le pidiera venir a terapia con ella, pero Allan se negó.

Mi trabajo con Nicole se centró en el significado de la confianza en una relación íntima. Cuando llegamos a conocernos mutuamente, me resultó claro que Nicole había tenido pocos elementos que la invitaran a depositar su confianza en Allan, antes de decidir contarle sus intimidades. ¿Por qué no se había dejado llevar por su propia intuición acerca de cuánto podía revelar? "Me educaron para ceder ante los deseos de los hombres", me dijo Nicole. "Mi padre mantenía el hogar, mi hermano hacía su vida. Mi madre me educó para recibir órdenes de los hombres. Cuando me fui de casa comencé a cuestionar esto, pero nunca pude saber totalmente qué es lo que realmente quiero. Cuando comencé a estar con Allan, simplemente supuse que yo quería lo que él quería."

Mientras que Nicole y Allan se habían divertido mucho juntos cuando se conocieron, en verdad cuando decidieron irse a vivir juntos ella sabía muy poco de él. Algunos de sus comentarios sobre las mujeres la habían hecho sentir incómoda, pero él siempre transformaba estas frases en una broma y regañaba a Nicole por su falta de sentido del humor. Habían salido, pero nunca habían compartido su tiempo con otras personas. Al comienzo, pareció muy romántico que Allan se dedicara solamente a ella. Nunca lo interrogó acerca de su falta de amigos. No tuvo oportunidad de descubrir cómo podría ser Allan en la relación con algún miembro de su familia. En síntesis, cuando Nicole

reveló a Allan secretos sobre su experiencia sexual, corrió un riesgo enorme e ingenuo en cuanto a cómo sería recibida y mantenida esta información. Las suposiciones de que Allan era fiable resultaron falsas. Nicole rompió su compromiso con él, cuando comenzó a amenazarla físicamente.

A pesar de lo proclamado por la literatura popular de autoayuda, la revelación de secretos per se no mejora la intimidad. De hecho, la presión para revelar historias sobre su vida antes de que usted se sienta preparado para hacerlo, disminuye la cercanía. Si la información es arrancada en lugar de ser brindada libremente, la relación ha nacido en la desconfianza. Como Nicole descubrió dolorosamente, el contenido de sus secretos importó menos que la necesidad de Allan de controlarla. Paradójicamente, cuanto más le contaba ella, menos control podía ejercer él, y más la perseguía para hallar pequeños detalles. Contar secretos no condujo a la cercanía y la confianza, sino más bien al control furtivo, a la sospecha y a la desconfianza.

El compromiso: un marco para los secretos

He estado con parejas y he observado cómo un secreto hacía estallar años de confianza que, como Humpty Dumpty, verdaderamente no podía ser reparada. He visto otras parejas que al contarse un secreto con idéntico contenido, experimentaban luego una intimidad y un vínculo que no habían imaginado previamente.

En todos mis años como terapeuta de pareja, he aprendido que, en lo que se refiere a los secretos, existen pocas reglas generales. Los secretos entre un hombre y una mujer, o entre dos mujeres o dos hombres, en una relación establecida, pueden incrementar la cercanía, formar un nido y delimitar una frontera. O tales secretos pueden atarlos en mutua protección, miedo o explotación.

Cuando un miembro de una pareja guarda un secreto ante el otro, el motivo puede variar desde la individualización saludable a la duplicidad cínica. Si bien los secretos pueden ser, ciertamente, suelo fértil para la desconfianza, la aceptación del derecho de cada parte a mantener para sí determinados secretos, también puede expresar una enorme confianza. Si usted sabe, por ejemplo, que su diario nunca será curioseado, aun cuando lo deje a la vista, o que su cajón especial nunca será

violado, entonces usted y su compañero o compañera han descubierto cuán esenciales son los secretos para la intimidad y la confianza. Estos son secretos que cada uno de ustedes sabe que la otra persona guarda, en vez de secretos cuya misma existencia es secreta.[1] Definen el territorio personal dentro de una relación. Este terreno puede ser avasallado por el otro, pero muchas parejas acuerdan, implícita o explícitamente, respetar las fronteras individuales. A partir de este respeto fluye la enorme confianza en que los recuerdos privados de la pareja o sus pensamientos secretos no ocasionarán daño al otro. Aprender a vivir con estos secretos hace de mediador en la tensión que existe en toda relación íntima, entre el deseo de saber todo y el reconocimiento de que esto nunca es posible.

También he trabajado con parejas que insisten en no tener secretos entre ellos, para descubrir luego que el énfasis en contar todo destruye el sentido de individualidad.[2] El imperativo romántico moderno exige que no existan secretos, tentándonos con el mito de que es posible conocer a la otra persona completamente. Pero cuando los miembros de una pareja me declaran que no tienen secretos, siempre me siento un tanto intranquila. Que no haya secretos significa que no hay fronteras, que no hay dos identidades separadas, que no existen diarios o cartas privadas, que no hay lugar para sueños propios, que no hay misterio. Cuando dos "yoes" desaparecen en un "nosotros", cuando los pensamientos, fantasías y acciones son siempre plurales, las delicias de la diferencia desaparecen. Las relaciones individuales de cercanía fuera de la pareja –con la familia extensa o con amigos, que pueden revigorizar a la pareja–, están prohibidas.

Las parejas que "no tienen secretos", a menudo concurren a terapia porque su relación se ha hecho aburrida y rutinaria. La interdicción de los secretos ha sofocado la iniciativa individual y la posibilidad de sorpresa. A veces llaman a mi puerta porque uno de ellos ha violado el código.

De hecho, para muchas parejas, la norma de "sin secretos" es más mítica que real. La simulación y la falta de autenticidad acechan a estas relaciones. No es sorprendente para un observador externo, pero sí, a menudo, conmocionante para las mismas parejas "que se cuentan todo", que guardar un secreto puede transformarse en la ruta hacia un nuevo sentido de identidad. Pero cuando el acuerdo de una pareja, implícito o explí-

cito, de contarse todo, es roto unilateralmente, se provoca una crisis conyugal, y se requiere gran cantidad de trabajo antes de que se restablezca un equilibrio.

Por otra parte, algunas parejas que vienen a verme, llevan una mortaja de 10, 20 o 30 años de silencio. Están marcadas por la distancia, la soledad, y un omnipresente sentido de ser completamente desconocidos para el compañero o la compañera de toda la vida. Tantas cosas *no* han sido dichas durante tanto tiempo que los secretos se han convertido en el modus operandi. Cuando pregunto a cada miembro de tales parejas qué les gustaría que su cónyuge supiera, comenzamos un lento y a menudo atemorizante viaje, desempacando años de pensamientos escondidos, sentimientos no dichos y respuestas no sabidas.

El poder, el sometimiento y las luchas por el poder contribuyen a la existencia de muchos secretos. He atendido parejas donde el secreto de un cónyuge constituye un ejercicio de poder y un desprecio del otro. El arrogarse el derecho al silencio, el mentir, el ser soberbio y despreciativo sostienen el arbitrario supuesto que subyace a este tipo de vínculos: "Yo sé lo que te conviene saber", en áreas cruciales, tales como el sexo y el dinero. La política de género en la cultura en su conjunto encuentra a menudo expresión en estos secretos, como cuando los esposos se sienten autorizados a guardar secretos comerciales y financieros ante sus esposas. La confianza, la honestidad, la empatía y la autenticidad se sacrifican en el altar del control y la dominación.

En otras parejas, el secreto de un cónyuge puede ser la huida desesperada de una situación de sometimiento. No es sorprendente que las mujeres que son golpeadas o controladas de algún otro modo, comiencen a guardar cada vez más secretos ante sus esposos.

En situaciones menos extremas, los secretos temporarios pueden ser precursores de un nuevo equilibrio de poder. Durante años, Selma Alexander luchó directamente contra la negativa de su esposo de contarle cuánta fortuna había acumulado. En una discusión tras otra, Selma asedió ansiosamente a su esposo, Henry, para que le diera a conocer datos sobre sus finanzas. Una vez tras otra, él fríamente evadió las respuestas y la apartó, diciéndole que era su negocio y que, en tanto se la proveyera de lo que quería, ella no tenía necesidad de conocer detalles. Finalmente, Selma le dijo con calma que se iba de viaje

por unas pocas semanas y que estaría en contacto con él, pero que no le diría específicamente adónde iría. Cuando regresó, él había organizado un encuentro con su contador para que ella se enterara de todos los detalles de sus finanzas. Por medio de un secreto de corta vida, Selma anunció en los hechos que no imploraría más por la información y redefinió la relación como una en la que ella también tenía el derecho de guardar cosas para ella misma.

Creo que las parejas que tienen relaciones ricas, vitales y de largo alcance, desarrollan un repertorio completo para manejarse con los secretos. En lugar de adherir a reglas unidimensionales, tales como: "todos los secretos son malos" o "nunca vayas a contar...", o "las mujeres (los hombres) deben guardar tal y tal secreto ante su cónyuge", estas parejas hacen lugar en su relación tanto para compartir las vulnerabilidades como para mantener la privacidad personal. Están dispuestas a conservar viva la tensión entre hablar y guardar silencio, entre la individualidad y la intimidad, dándole su lugar a cada uno de estos elementos.

Explorar los secretos con un compañero

Un compromiso genuino exige una participación activa en el análisis del tema de los secretos. ¿Qué cree sobre los secretos, y qué cree su compañero? ¿Cuáles eran las reglas que los regían y las experiencias con ellos en las familias de origen de cada uno? ¿Habéis hablado sobre esto, o es que el tema mismo de los secretos es terreno prohibido?

A medida que usted y su compañero se involucran en esta exploración, puede reflexionar sobre algunas preguntas acerca de los secretos en una relación íntima.

- ¿Hay temas que yo o nosotros no debemos tocar? ¿Cómo sé que esto es verdad? ¿Nos hemos puesto de acuerdo, a partir de la experiencia, en que ciertas áreas están prohibidas, o estoy haciendo suposiciones por mi compañero?

- ¿Respetamos el hecho de que cada uno de nosotros tenga algunos secretos?
- ¿Confiamos en que cada uno de nosotros puede tener secretos que no causarán daño?
- ¿Cuál es el precio que nuestra relación paga por el silencio?
- ¿Cuál es el precio de revelar un secreto para nuestra relación?
- ¿Me hago responsable por el efecto sobre mi relación de los secretos que guardo y de los secretos que revelo?
- ¿Qué espero de mí mismo y de mi compañero en lo que concierne a los secretos?
- ¿Dónde están los límites del perdón cuando se revelan secretos dolorosos?

Cuando los secretos sacuden el compromiso

Deborah Canaby, de 37 años, me llamó para realizar terapia individual. Cuando intenté descubrir algo sobre su vida, insistió en hablar solamente de su esposo de 45 años, Jack. A lo largo de los últimos ocho meses, me dijo, Jack había parecido lejano e inaccesible. Cuando no se quedaba hasta tarde en la oficina, estaba haciendo actividad física en su club de salud. Cada vez que Deborah trataba de hablarle sobre la relación, se mostraba impreciso y la hacía a un lado. Justo antes de que Deborah me llamara, Jack había faltado a una representación hecha por su hijo en la escuela, aduciendo que había quedado atrapado por el tránsito. Cuando le pregunté a Deborah qué pensaba que estaba sucediendo, prolijamente colocó todas las conductas de Jack bajo la popular rúbrica de "crisis de la mitad de la vida".

Deborah estaba describiendo la conducta típica de un hombre que tiene una aventura extramatrimonial: distante en el hogar, fiestas de la oficina en las que a los cónyuges "no se les permite la entrada", mucha ropa nueva, una seguidilla de viajes "de negocios" repentinos. Sin embargo, cuando le pregunté

si pensaba que Jack tenía una aventura, inmediatamente afirmó que eso no era posible. "Nuestro matrimonio es muy sólido", replicó Deborah, "y Jack nunca haría tal cosa. Usted no lo conoce. Nunca me mentiría".

Pero algunas semanas más tarde, cuando invité a Jack a una entrevista a solas, descubrí que, verdaderamente, estaba mintiendo a Deborah y que tenía una aventura desde hacía muchos meses. Jack albergaba la idea de que yo haría terapia de pareja con él y Deborah, mientras él continuaba con su aventura secreta. Le expliqué que las terapias de pareja bajo esas circunstancias son un fraude. Trabajar sobre el matrimonio y, al mismo tiempo, mantener la aventura secreta, son dos cosas incompatibles. "Verlo a usted y a Deborah juntos, mientras guardo su secreto, simplemente duplica el triángulo amoroso de su aventura", agregué. Le dije que trabajaría con él separadamente, pero que tendría que preguntarle a Deborah si ella estaría dispuesta a esperar mientras hacíamos una terapia individual de corto plazo.

Después de seis sesiones, Jack decidió revelar el secreto de su aventura a Deborah. Su matrimonio cayó en una predecible crisis, mientras nos reuníamos para discernir lo que había ocurrido y lo que ocurriría de allí en adelante. Jack concluyó su aventura en pocas semanas, pero el trabajo concreto de reconstruir el matrimonio de un modo nuevo llevó casi un año.

Cuando llegué a conocerlos mejor, me encontré con dos personas que habían ocultado previamente todas las diferencias, todos los desacuerdos. Deborah provenía de una familia en la cual sus padres discutían a los gritos y de un modo que producía miedo. Parte de lo que la atrajo de Jack era su visión estable y moderada de la vida. Estaba decidida a tener un matrimonio marcado por la paz y la armonía a toda costa. Jack provenía de una familia en la que sus padres estaban eternamente tristes, tras haber perdido a su primer hijo, el hermano mayor de Jack, en un accidente automovilístico cuando tenía 15 años. El accidente ocurrió inmediatamente después de una discusión entre el hermano de Jack y su padre. Jack tenía 8 años cuando su hermano mayor murió, y una vez que el funeral pasó nunca más se mencionaron en la casa ni la muerte ni la pelea que la había precedido. Pero los padres de Jack lo criaron en la creencia de que nada valía una discusión, que la vida era demasiado frágil y precaria para arriesgarse al enojo.

Durante sus 16 años de matrimonio, Jack y Deborah se habían ocultado muchos desacuerdos. Lo que Deborah suponía que era armonía, Jack lo experimentaba como hipocresía. "Durante años le estuve mintiendo a Deborah sobre lo que me hacía feliz. No me costó mucho pasar a una mentira mayor cuando comencé mi aventura."

Como sucede a menudo, la aventura de Jack estaba profundamente relacionada con muchos otros secretos. Había comenzado el año en que su hijo cumplió 15 años, la edad que tenía su hermano cuando murió. El dolor mudo de sus padres acerca de esta pérdida había convertido al secreto en un modo de vida. La negación de Deborah tenía igualmente raíces profundas. En el transcurso de las sesiones fue surgiendo que su padre había tenido muchas aventuras. Siempre le dejaba indicios importantes a su madre para que las descubriera, produciendo cada vez un enorme estallido de ira, seguido de una reconciliación dramática, pero sin ningún cambio en su relación. "Mi madre pasó su vida espiando a mi padre, y él pasó su vida dándole una causa para hacerlo. Aun cuando fue obvio para mí que algo le ocurría a Jack, traté de mirar para otro lado", declaró Deborah.

En nuestro trabajo conjunto, Deborah y Jack construyeron un nuevo matrimonio. Una parte importante de la terapia comprendió cartas que se escribieron uno al otro, detallando lo que cada uno quería y dando a conocer muchos pensamientos, deseos, necesidades y sentimientos previamente ocultos. Las cartas les permitieron la libertad de acceder a lo que cada uno sentía genuinamente. Estaban tan acostumbrados a suavizar las diferencias, que quise liberarlos de la conversación cara a cara, con sus constantes y restrictivas respuestas verbales y no verbales. La escritura de cartas también concedió a cada uno el tiempo suficiente para reflexionar antes de responder. Temas que previamente habían sido dejados de lado, comenzaron a ser tratados. Las mentiras cesaron de nublar su compromiso, y empezaron a permitirse tener discrepancias.

No todos los matrimonios sobreviven a las aventuras y cambian del modo como lo hicieron Deborah y Jack. Un dilema particularmente difícil que sobreviene luego que se descubre una aventura, es cómo permitir la existencia de los secretos esenciales. La desconfianza y la sospecha pueden instalarse en

la cama de la pareja como compañeros permanentes. Cuando las parejas no son capaces de resolver una aventura, pierden la capacidad crucial de establecer distinciones entre privacidad y secreto. En un paradójico esfuerzo para reconquistar la confianza, un esposo o esposa que ha tenido una aventura se siente impulsado a contar cada pensamiento que se le cruce por la cabeza. Al mismo tiempo un cónyuge traicionado, envuelto en el recelo y la duda, puede dedicarse a espiar y sobreinterpretar cada silencio como una amenaza. Algunas parejas, por supuesto, se divorcian, en tanto que otras quedan varadas en la situación y nunca la resuelven totalmente. Cuando supervisé la terapia de Hilda y George Marren, fui testigo de un matrimonio empantanado en una aventura de mucho tiempo atrás.

Después de la revelación

Cuando Hilda y George concurrieron por primera vez a terapia de pareja, ambos se veían demacrados y agotados, aparentando mayor edad de la que realmente tenían. Hilda describió su vida diaria como "abrumadora", ocupada largas horas como trabajadora en la cafetería de una escuela y en la crianza de los tres niños de la familia. George trabajaba como camionero y con frecuencia estaba fuera del hogar. Cuando estaban juntos, a menudo tenían discusiones acaloradas y feroces.[3] Estas discusiones comenzaban acerca de algún pequeño detalle relativo a los niños, el dinero, los parientes políticos, el sexo, el trabajo, o su inexistente vida social, y rápidamente se intensificaban hasta llegar a lo que Hilda llamaba "pelear por cosas del pasado". Riñas ásperas, repetitivas, que no resolvían las cuestiones del pasado ni del presente, constituían el núcleo de la relación de esta pareja. Cuando su terapeuta les preguntó qué significaba "pelear por cosas del pasado", George dijo prontamente: "Hemos hecho terapia anteriormente, mi esposa y yo. Y la terapeuta nos hacía hablar sobre el pasado, ¡Y eso empeoró las cosas! Dejamos esa terapia. Limitémonos a lo que ahora nos trae aquí". Mientras hablaba, Hilda asentía silenciosamente.

Hilda y George habían puesto a su nueva terapeuta en un compromiso. La tentaron a ir en busca de lo que parecía un secreto importante, mientras, simultáneamente, le advertían que

no lo hiciera. Era evidente que algo había ocurrido en la vida de esta pareja en el pasado, algo que permanecía irresuelto en el presente. Ambos conocían el contenido del secreto, y ambos se rehusaban a tratarlo abiertamente en la terapia. Dejaron en claro que sea lo que fuere, *aquello* había ocurrido hacía largo tiempo y había quedado atrás. En lugar de perseguir irrespetuosamente a Hilda y George, buscando el contenido real de su secreto, su terapeuta pasó lo que restaba de la sesión explorando su significado y su impacto. ¿Cómo era que eso que había ocurrido en el pasado los mantenía separados en el presente? ¿Quién más sabía? ¿Este secreto los unía a alguien más? ¿Cómo era su vida con anterioridad a este secreto? ¿Cómo serían su vida y sus relaciones sin el asedio de este secreto? Si se sacaba al secreto de en medio, qué tomaría su lugar?

Cuando George e Hilda llegaron para su siguiente sesión, inmediatamente comenzaron a quejarse de nuevo sobre sus discusiones, su inhabilidad para negociar, la imposibilidad de concluir algún conflicto sintiendo una mutua satisfacción, y el lugar del viejo secreto en sus peleas actuales. George repitió nuevamente: "Pero aquí no vamos a hablar del pasado".

Para su sorpresa, la terapeuta estuvo de acuerdo. "Esta noche", agregó, "se me ocurrió que tratáramos de poner una frontera alrededor del pasado; dejarlo fuera, ponerlo en su lugar". George e Hilda la miraron intrigados, mientras ella les alcanzaba a cada uno papel y lápiz y les pedía si podían dedicar unos pocos minutos a poner por escrito el suceso pasado que los afectaba tan profundamente en el presente.

Al principio George vaciló, preguntando: "¿Cómo se podría escribir el pasado? El pasado simplemente es, y para mí, nunca debió haber ocurrido". Hilda preguntó: "¿Esto es para que usted sepa si estamos hablando los dos de la misma cosa?" Cuando la terapeuta replicó que no tenía planeado mirar lo que escribieran, Hilda y George se mostraron más sorprendidos. Finalmente George dijo: "Para mí el pasado es todo lo que ocurrió desde *ese momento*". La terapeuta respondió: "*Ese momento*; sobre eso quiero pediros que escribáis, si queréis".

Durante varios minutos, George e Hilda escribieron con intensidad. Cuando terminaron, la terapeuta les pidió que doblaran los papeles para que cupieran dentro de una pequeña caja que había traído a la sesión. Simbólicamente, el doloroso tema

se había hecho más pequeño. Luego les alcanzó a George e Hilda papel de envolver y cinta de regalo y les pidió que envolvieran la caja. George la cubrió y se la entregó a Hilda para que la atara con la cinta. Hilda comenzó a hacer un nudo, luego se detuvo y miró a su esposo. "¡Oh no", exclamó, "no voy a poner una cinta tan linda sobre *esa cosa!*" Lo que había mantenido a esta pareja enojada y distante durante tantos años, ahora estaba dentro de la caja, todavía escondido, pero alejado un paso de su relación.

La terapeuta dejó la habitación y volvió con una pala de mango largo. "¿Querríais enterrarlo detrás de la clínica?" preguntó. George e Hilda se sobresaltaron. "Afuera está oscuro. Es enero", protestó Hilda. "Usted tiene razón, el suelo seguramente está congelado", respondió la terapeuta, "pero pienso que ambos podéis cavar".

George e Hilda se reían cuando salieron para hacer el pozo, turnándose para cavar el suelo congelado. Cuando enterraron la caja, sin embargo, se pusieron solemnes. Sin que su terapeuta los instara a ello, cada uno murmuró unas palabras de disculpa.

Cuando volvieron a entrar, la terapeuta preguntó a George e Hilda si estarían dispuestos a implementar un cambio en sus peleas, antes de verla nuevamente. ¿Estarían de acuerdo, si alguno de ellos trajera el pasado durante alguna discusión, en subirse al auto y venir hasta donde estaba enterrada la caja para finalizar la pelea? George e Hilda vivían a unos 25 minutos de la clínica. Sonriéndose mutuamente con disimulo, aceptaron esa propuesta absurda.

George e Hilda vieron a su terapeuta un mes después. Comenzaron la sesión contándole todas las cosas que habían hecho juntos durante ese mes, incluyendo visitas a la familia política y salidas con los niños, cosas que previamente habían provocado grandes discusiones. Ambos parecían más vivaces; se desprendía de ellos una confianza que nunca antes habían mostrado en la terapia. Su terapeuta les preguntó cuántas veces habían ido hasta la clínica. George dijo: "No vinimos aquí para nada". Hilda refirió: "Tuvimos muchas peleas. Peleas fuertes. Pero en el momento en que alguno de nosotros traía el pasado, el otro decía: '¡Haz un viaje a la clínica!' y entonces nos reíamos y arreglábamos la discusión *del momento*".

Un secreto antiguo, penoso y disolvente, ya descansaba en paz. El secreto de George e Hilda los había definido como pareja que peleaba acerca del pasado. Las palabras, evidentemente, les habían faltado, cuando a lo largo de años, diariamente habían tratado de hablar, gritar y proferir en alaridos el secreto que había enquistado sus relaciones. Definiciones inmutables de quién era víctima y quién victimario, quién tenía razón y quién estaba equivocado, quién era el demonio y quién el ángel, se habían filtrado en cada conversación. Libres de la antigua y aburrida disputa que sólo provocaba recuerdos amargos y que hacía imposibles el remordimiento, la reparación y el perdón, Hilda y George ahora podían comenzar a resolver problemas, a reír juntos, a disfrutar uno del otro, como no lo habían hecho en muchos años.

Parejas de homosexuales y lesbianas: cuando sólo uno ha hecho pública su homosexualidad

Homosexuales y lesbianas deben vivir en un contexto social signado por la homofobia y el heterosexismo. Este contexto incluye legislación estadual y federal antihomosexual, sentencias de tribunales que toman bajo custodia a niños a quienes separan de sus madres lesbianas, leyes estaduales que prohíben el matrimonio y la adopción por parte de parejas del mismo sexo, o directamente palizas a los homosexuales. La política militar nacional "no pregunte, no cuente" promueve la hipocresía al más alto nivel del gobierno, y se erige como metáfora del secreto que envuelve la vida diaria de las personas lesbianas y homosexuales. Este secreto, naturalmente, se abre paso en la relación personal de parejas homosexuales, que se esfuerzan por entender cómo se hace para vivir, en un tiempo que está simultáneamente signado por las nuevas posibilidades de apertura y las exigencias realistas de ocultación y miedo.[4]

A diferencia de muchos otros secretos, el secreto de la homosexualidad no se resuelve con un solo acto de revelación. Las decisiones acerca de mantener el secreto o divulgarlo deben tomarse todo el tiempo. ¿Un hombre homosexual puede colocar una foto de él y su amante sobre su escritorio en el lugar de trabajo? ¿Una mujer lesbiana cuyos compañeros de trabajo supo-

nen que es soltera y heterosexual, puede hablar sobre su excitante fin de semana en un hotel, con su nueva novia? ¿Una pareja de homosexuales que ha ido a la casa de la familia de uno de ellos para Navidad, puede abrazarse abiertamente cuando se intercambian regalos en la mañana de la Navidad? ¿Y cuál es el efecto que tiene sobre una pareja el tener que vivir en una lucha constante con el secreto que se deriva de la esencia misma de su relación?[5]

Cuando Sara-Jean Parkman y Emma Farthing vinieron a verme por primera vez, estaban a punto de terminar su relación. Sara-Jean y Emma, una pareja treintañera, se habían conocido cuatro años antes, poco después del divorcio de Sara-Jean. Emma se identificaba a sí misma como lesbiana desde la adolescencia, en tanto que esta era la primera relación que Sara-Jean tenía con una mujer. El hogar incluía a Danny, el hijo de Sara-Jean, de ocho años.

Desde que empezaron a estar juntas estas dos mujeres siempre habían discutido por el mismo tema. Emma quería que Sara-Jean le contara a su familia y amigos que era lesbiana y que eran pareja. Sara-Jean se negaba totalmente. "Al comienzo comprendí que esto llevaría tiempo", dijo Emma, "pero hace cuatro años que estamos juntas y no ha habido ningún cambio. Su madre piensa que somos compañeras de cuarto. Invita a Sara-Jean y a Danny y nunca me incluye a mí. Cuando quiero que tengamos un feriado normal en casa, no podemos porque Sara-Jean tiene que ir a lo de su mamá. Mi familia sabe que soy lesbiana desde hace 15 años. Ellos me aceptan a mí y a Sara-Jean y a Danny. Ahora la madre de Sara-Jean está enferma, y toda su familia extensa espera que ella deje todo y se dedique a cuidar a su madre, porque no tiene un marido a quien cuidar. Esta es la gota que colma el vaso."

Mientras Emma hablaba, Sara-Jean miraba hacia otro lado. Respondió con enojo. "Estoy muy cansada de que ella me diga cómo vivir y cómo relacionarme con mi propia familia. Conozco a mi familia. Los perdería. Mi ex marido trataría de sacarme a Danny, estoy segura."

Nuestra primera reunión tuvo lugar durante la misma semana en que una madre lesbiana, en un estado sureño, había perdido la tutela de su hijo, que había quedado en manos de su propia madre. Ya sea que los miedos de Sara-Jean fueran una

paranoia saludable o una injustificada visión catastrófica, eran algo para ser considerado. Lo que resultaba claro, sin embargo, era que esta pareja que se amaba mutuamente había entrado en una amarga confrontación acerca de lo que debe mantenerse en secreto y lo que puede hablarse francamente. Sus ataques se habían convertido en algo muy personal, y cada una había perdido completamente de vista el hecho de que los orígenes de su problema surgían de una cultura que, de hecho, castigaba la homosexualidad.

Le pregunté a Emma acerca de cuando hizo pública su homosexualidad. "¿Pasaste del secreto a la apertura de una sola vez", pregunté, "o fue un proceso evolutivo que tuvo lugar a lo largo del tiempo?" Esta pregunta llevó a Emma a un tiempo en el pasado en que ni siquiera había conocido a Sara-Jean, un tiempo en que decidirse a contar a la gente, especialmente a la familia, acerca de su lesbianismo, era amedrentador. Mientras Emma hablaba, Sara-Jean escuchaba una historia que nunca había oído, una historia que contenía decisiones difíciles, expectativas atemorizantes, y el miedo de perder las relaciones. Como ocurre con frecuencia, cuando cualquier pareja se polariza sobre un tema fundamental, las historias complicadas, las dudas y las ambigüedades habían desaparecido de su conversación. Parte de mi trabajo con ellas sería restaurar la complejidad, en el lugar donde reinaban ahora enunciados absolutos y simplistas.

Si bien Emma tenía gran cantidad de apoyo por parte de otras mujeres lesbianas, había guardado en secreto su identidad sexual ante su familia hasta bien entrados sus veinte años, mucho más que los cuatro años de Sara-Jean. Su familia era unitaria* y muy tolerante con las diferencias, en contraste con la estricta crianza cristiana de Sara-Jean. Como para todas las personas homosexuales, el sinceramiento de Emma no sucedió de una sola vez, sino que fue una continua y repetida elección en cada nueva situación social. Aun al presente, mientras presionaba a Sara-Jean para que sincerara su situación con su familia, Emma concedía que había lugares y relaciones donde su lesbianismo permanecía

*Se llama unitarios a los miembros de una rama de la iglesia cristiana que creen en la libertad religiosa. [T.]

en secreto. Le expresé mi opinión de que estos eran lugares de su vida para los que había elegido la privacidad.

La familia de Emma había sido receptiva cuando esta se sinceró con ellos. Como muchas familias, hacía bastante que sospechaban que Emma era lesbiana, pero esperaban que ella trajera el tema. Su capacidad para aceptar diferencias les permitió apoyar a Emma. No hubo ninguna amenaza de que se cortaran las relaciones. Le pregunté a Emma qué había ocurrido con el "rasgo familiar" de aceptar las diferencias cuando se trataba de Sara-Jean. "Veo adónde quiere llegar", respondió Emma. "Simplemente he sentido que si no le cuenta a su familia sobre nosotras, significa que realmente no me ama".

La identidad lesbiana en desarrollo de Sara-Jean , que se estaba formando en el contexto de esta relación, a los ojos de Emma había pasado de ser algo que Sara-Jean necesitaba resolver por ella misma, a convertirse en una prueba definitiva del compromiso con su relación. Aceptar el tiempo requerido por Sara-Jean y concederle el espacio para pensar y comenzar a examinar su relación con su propia familia, era crucial. Sara-Jean, por su parte, se había vuelto tan reactiva a las críticas y las demandas de Emma que se había obcecado en su posición y ya era incapaz de ver los posibles efectos positivos de sincerarse con ninguno de su familia. Cada una culpaba a la otra con tanto énfasis, y se sentía tan incomprendida, que su relación, alguna vez cálida y amorosa, se había vuelto fría y amarga. Ambas se habían olvidado de que estaban reaccionando una frente a la otra, dentro de los límites que imponía una cultura que amenazaba con rechazarlas a ambas.

Le pedí a Emma que cesara de presionar a Sara-Jean, para que esta pudiera comenzar a pensar seriamente y con independencia qué quería, verdaderamente, hacer en relación con su propia familia. En la medida en que Sara-Jean sintiera que de todos modos estaba perdiendo a Emma, no encontraría ninguna razón para arriesgar las relaciones con su familia. Gradualmente Emma comenzó a ver que, aunque la lucha de Sara-Jean por sincerarse con su familia ciertamente afectaba su relación, el secreto sólo le pertenecía a Sara-Jean. Solamente ella podía hacer el arduo trabajo con su familia. Y era mucho más probable que se arriesgara a realizar una apertura si se sentía apoyada por Emma, en vez de atacada.

También les pedí a ambas mujeres que pensaran en el futuro, y que imaginaran cómo habrían de ser sus vidas, tanto individualmente como en pareja, si Sara-Jean se sincerara con su familia, o si no lo hiciera. Este tema había llegado a dominar sus vidas, desalojando a cualquier otro. El ejercicio les permitió llevar el secreto a una dimensión más apropiada, y a que otras partes de sus vidas ocuparan, nuevamente, un lugar de importancia. A medida que ambas imaginaron escenarios futuros, se vieron a sí mismas haciendo muchas cosas, que no se ceñían a que Sara-Jean se sincerara con su familia: salir juntas, tener amigos, realizar cursos, trabajar en sus carreras, criar a Danny, ir de viaje. Las discusiones acerca de si Sara-Jean debía contarlo a su familia, cuándo y cómo, se diluyeron.

Trabajé con ambas durante casi dos años. Después de varios meses, Sara-Jean decidió contárselo a su hermana menor, Cathy, que le dio su apoyo, pero opinó que no debería contárselo a su madre. En lugar de enfadarse, como habría hecho previamente, Emma atendió a lo que Cathy tenía para decirle, aunque disintiera.

A continuación Sara-Jean decidió que quería contárselo a su mejor amiga, Susan, a quien conocía desde la infancia. Dado que Susan conocía tanto a la madre de Sara-Jean como a su ex marido, sugerí que concurriera a uno de nuestros encuentros para contar con otro punto de vista. Emma escuchó con atención mientras Susan describía la rigidez de la familia de Sara-Jean y el afán vengativo de su ex marido. Existía poco margen de duda de que trataría de obtener la tutela de Danny si se enteraba del lesbianismo de Sara-Jean. Susan también dejó en claro que existían muchos problemas entre Sara-Jean y su madre, que necesitaban tratarse antes de que siquiera existiera la esperanza de que el secreto de Sara-Jean fuera bien recibido.

Preparé a Sara-Jean para que comenzara a mejorar su relación con su madre, intentando el tratamiento de muchos otros temas que las habían mantenido distantes, incluyendo su divorcio, que había llegado a ser un tema tabú. Si bien yo trabajaba principalmente con Sara-Jean, Emma asistía a todas las sesiones. Esto le permitió obtener una apreciación más compleja de la batalla que estaba librando Sara-Jean, y ser una aliada dispuesta a brindarle su apoyo. Para cuando Sara-Jean decidió hablar con su madre, tenía claro que no buscaba o es-

peraba su aprobación. "Le dije a mi madre que esto era muy importante para guardarlo en secreto ante ella, que la respetaba y que esperaba que ella me respetara a mí y a mis elecciones en la vida", manifestó Sara-Jean. "Le pedí que respetara mi privacidad, en lo que se refiriera al padre de Danny."

La madre de Sara-Jean respondió inicialmente con hostilidad. Se negó a ver a su hija por varios meses, pero continuó hablando con ella por teléfono. Al principio actuó como si no hubiera oído lo que su hija le había contado. Trató de hablarle a Sara-Jean acerca de lugares adonde podría ir para encontrar "un nuevo padre para Danny". Recordé a Sara-Jean y a Emma que su madre estaba manejando información totalmente nueva e inesperada, y que necesitaría tiempo para integrar una visión diferente de su hija. "Algunos secretos", les expresé, "necesitan revelarse varias veces, antes de ser verdaderamente oídos".

Sara-Jean estaba enojada y molesta en nuestras sesiones, pero fue capaz de mantener la calma con su madre, en tanto que insistía en que esta escuchara lo que le había dicho. De hecho, la madre de Sara-Jean nunca manifestó la aceptación que sí mostraron los padres de Emma. Permaneció vinculada con su nieto, pero trataba a la pareja con cortesía y frialdad, y nunca las iba a visitar. El simple hecho de que un secreto sea revelado no significa que automáticamente todos los problemas de la relación se resuelvan. Cuando terminamos la terapia, insté a Emma y a Sara-Jean a que hallaran el modo de mantener vivos aquellos aspectos de la tradición familiar de Sara-Jean que resultaran positivos, y a no inclinarse por completo hacia la familia de Emma y su forma de hacer las cosas, simplemente porque encontraran en esta más aceptación.

"Pensé que realmente nos conocíamos": cuando parejas pertenecientes a culturas y religiones diferentes guardan secretos

Cuando comencé mi ejercicio profesional como terapeuta de familia, los matrimonios mixtos eran todavía una rareza. Podría ser que viera una pareja compuesta por una persona norteamericana de origen irlandés y otra norteamericana de

origen italiano, que, no obstante, compartían la religión católica; u otra compuesta por una persona protestante y una católica, o un matrimonio mixto formado por una persona judía y otra cristiana. Pero actualmente, en mi práctica profesional me encuentro cotidianamente con parejas mixtas, incluyendo aquellas cuyos miembros provienen de razas diferentes: una persona judeo-norteamericana con una árabe-norteamericana, una persona latina con una irlandesa-norteamericana, hombres y mujeres de familias de clase trabajadora, casados con personas provenientes de familias acaudaladas. Estas diferencias étnicas, de raza, religión y clase social son también comunes entre parejas homosexuales y lesbianas. La época en que un matrimonio estaba principalmente determinado por los orígenes familiares ha quedado definitivamente atrás. Y con excepción de las familias muy religiosas, la época en que las familias extensas podía hacer un secreto de la mera existencia de matrimonios mixtos, también ha desaparecido.

Atraídas al principio por la diferencia, muchas parejas mixtas rápidamente ocultan sus disparidades culturales bajo un delgado barniz de armonía. Las discusiones con la familia extensa y los conflictos con las instituciones religiosas acerca del matrimonio mixto, a menudo conducen a estos cónyuges a ver sólo los aspectos que tienen en común. Los conflictos acerca de diferencias étnicas, religiosas y de clase social son como un volcán: presionan bajo la superficie y entran en erupción periódicamente, con motivo de los detalles de la vida diaria, quizás explotan una o dos veces por año, en vacaciones antes de quedar, de nuevo, prontamente sellados, o estallan ante la alternativa de discutir cómo educar a los niños.

Cuando me encuentro con matrimonios mixtos por primera vez en mi consultorio, suelen atribuir sus conflictos a todo tipo de motivos, *excepto* a sus diferencias culturales y religiosas. Por el contrario, estas se han convertido en un secreto que cada uno conoce, pero ninguno reconoce abiertamente. Combinando el mito del crisol de razas con la creencia norteamericana en el individuo, separado de su contexto histórico y cultural, las parejas pueden atribuir sus maneras radicalmente diferentes de encarar la vida, sólo a peculiaridades de su personalidad. Los vínculos culturales más amplios desaparecen convenientemente.

Cuando Simon y Alexis Kaplan entraron por primera vez en mi consultorio, se los veía muy enojados. Aun antes de que pudiera preguntarles cuál era el motivo de la consulta, comenzaron a describir y a mostrar en la práctica un patrón de discusión acerca de casi todos los aspectos de la vida diaria. En tanto cada uno culpaba al otro, Alexis insistía en que después de cada discusión extensa se imponía el punto de vista de Simon. Con un tono virtuoso, pero sin ninguna sensación de satisfacción, Simon estuvo de acuerdo en que en la mayoría de sus "pequeñas peleas", generalmente, prevalecía su punto de vista.

Se habían casado hacía 14 años y tenían tres hijos: Jon, de 13, Cara de 11, y Samuel de 7. Aunque los conflictos comenzaron a acechar su matrimonio poco después del nacimiento de Jon, durante el último año se habían vuelto mucho más agrios. "Desde que Jon cumplió 13 años, peleamos por cada una de sus actividades", dice Alexis. "Creo que es cierto que los adolescentes empeoran las cosas." Simon lanzó una mirada furibunda a su esposa mientras esta hablaba. ¿La guerra de esta pareja se debía realmente al hecho de estar transformándose en una familia con un adolescente?, me pregunté. ¿Qué otra cosa podía estar sucediendo? Cuando sugerí que reconstruyéramos lentamente su relación, comenzando por el momento en que se habían conocido, sus bien ensayadas discusiones cesaron de inmediato y fueron reemplazadas por una tensión y una tristeza más genuinas.

"Nos conocimos en el Boston College", dijo Simon. "Yo estaba allí porque tenía una beca. Ella, porque era una universidad católica." Esta era la primera alusión a su diferencia religiosa. Alexis prosiguió relatando la fuerte atracción mutua que habían experimentado. "El era brillante, divertido y muy cariñoso; diferente de los muchachos con los que había salido en la escuela secundaria. Mis padres me enviaron al Boston College para que conociera a un hombre católico con quien casarme. En su lugar conocí a un hombre judío y me enamoré de tal forma que estaba segura de que nuestras diferencias religiosas no importarían, y realmente así fue. Trabajamos sobre eso desde el principio, pero ahora diferimos en todo lo demás."

Cuando Simon y Alexis decidieron casarse, sus respectivos padres les advirtieron que más adelante tendrían problemas. ¿Cómo educarían a sus hijos? ¿Qué harían con respecto a las tradiciones y las festividades? ¿Cómo conciliarían sus creencias

religiosas? En épocas anteriores, uno de los miembros de la pareja habitualmente se convertía, pero Simon y Alexis se casaron en la década del 80 y cada uno se sintió libre de mantener su propia identificación religiosa. Simon estuvo de acuerdo en que los niños se educaran dentro de la religión católica. "Fue la única forma de lograr que el sacerdote de ella participara en la ceremonia de casamiento. Parecía un asunto menor en ese momento", manifestó Simon.

Simon y Alexis tuvieron una hermosa ceremonia mixta y comenzaron su vida en común, llenos de esperanzas. "Cuando Jon nació, comenzamos a pelear. Fuimos a ver a un terapeuta por ese entonces, quien dijo que nuestras peleas se debían a que acabábamos de convertirnos en padres. Nos aseguró que las cosas se arreglarían", dijo Alexis. "Pero nunca se arreglaron. Por el contrario, todo empeoró."

Pregunté a Simon qué había sentido al hacer bautizar a su hijo. Antes de que pudiera responder, Alexis me aseguró que este no era un problema para Simon, que sus peleas eran acerca de otras cosas y nunca sobre cuestiones religiosas. Le pregunté a Simon nuevamente, quien poniéndose de un color rojo subido, respondió: "Cedí en cuanto al modo como mis niños serían criados y me propuse que nunca más cedería en nada que surgiera entre nosotros". Ostensiblemente conmocionada por estas palabras, Alexis dijo: "No lo sabía. Nunca supe cómo te sentías".

Durante 13 años Simon había guardado en secreto todo lo que sentía acerca de sus diferencias religiosas. Los domingos por la mañana, cuando Alexis llevaba a los niños a la iglesia, Simon buscaba ocuparse con algún trabajo. Sus discusiones generalmente eran peores los domingos por la tarde, pero cada uno lo atribuía al hecho de pasar "demasiado tiempo juntos". Justo antes del decimotercer cumpleaños de Jon, la edad del bar mitzvá judío, sus peleas recrudecieron. Ni Alexis ni Simon habían establecido una relación entre ambas cosas.[6]

Nuestro trabajo conjunto se centró en el primer análisis exhaustivo y abierto sobre las diferencias religiosas de esta pareja, como nunca antes la habían tenido. No sólo eran los sentimientos de Simon un secreto para Alexis, sino que la religión misma se había convertido en un tema tabú entre ellos. Nunca hablaban sobre judaísmo o catolicismo. Cada uno sabía muy poco sobre las creencias del otro. Dado que él le había con-

tado, cuando se conocieron, que era un "judío no practicante", Alexis supuso que a Simon no le interesaba la religión. Interpretó la ausencia de Simon a cualquiera de las prácticas religiosas de ella, como debida a su modalidad no religiosa, y no a su enorme disgusto.

"Cuando accedí a criar a nuestros niños dentro de la religión católica, no sabía qué significaría esto para mí. Después no supe cómo hablar acerca de lo que estaba sintiendo. Ya lo había prometido, de modo que ¿qué sentido tenía hablarlo? Comencé a pensar para mí: 'puedes tener un casamiento mixto, pero ¿cómo sería un funeral mixto?' Me sentí solo en mi propia familia y no supe qué hacer con esto", manifestó Simon con tristeza.

Cada semana los despedía con una tarea para el hogar, diseñada para abrir esta área de su relación, que hasta ese momento había estado prohibida. Leyeron libros, dispusieron de tiempo para conversar y concurrieron a servicios religiosos juntos por primera vez. Cuando el secreto de Simon se supo, las peleas disminuyeron. A cierta altura de nuestro trabajo conjunto, Alexis se puso muy ansiosa pensando que Simon se podría desdecir de su promesa sobre la educación religiosa de los niños. "Di mi palabra hace 14 años", manifestó Simon "y no voy a renegar de eso ahora. Pero quiero que nuestros hijos también sepan lo que yo creo." Simon tenía en claro que quería que sus hijos conocieran su historia y la historia de su familia a través de las generaciones.

Tratar las diferencias religiosas con los niños resultó ser más difícil que el trabajo que Simon y Alexis realizaron para abrir entre ellos esta área tabú. Sus niños sabían que su papá era algo llamado "judío", pero no tenían idea de lo que esto significaba realmente. Sólo gradualmente Alexis comenzó a darse cuenta de que ella también había participado en el mantenimiento del secreto, porque simplemente resultaba más fácil que enfrentar sus diferencias y explicárselas a los niños. "Quise tanto que hubiera armonía en nuestra familia", comentó Alexis. "Si no podía estar en armonía con Simon en todas las cosas sobre las que peleábamos, al menos estaba contenta de tener armonía en lo que concernía a la fe de mis hijos. Creo que muchas veces miré para otro lado."

Como muchas parejas jóvenes de hoy en día, Simon y Alexis se unieron con un fuerte enfoque sobre el presente. Sus

diferentes antecedentes culturales, religiosos e históricos parecieron remotos, sin importancia, excepto para sus padres y el sacerdote. Del mismo modo, cualquier conversación sobre el futuro que contuviera temas religiosos prontamente se transformaba en un área prohibida. Sin poder acceder al pasado o al futuro, peleaban acerca de cada pequeño detalle de su vida diaria. Estas discusiones eran, al mismo tiempo, una distracción y una metáfora de las muchas y cruciales diferencias no habladas.

Las parejas que viven con diferencias religiosas, raciales, culturales y de clase social necesitan trabajar arduamente para asegurarse de que estas no se transformen en secretos. Siempre es más fácil tratar estas diferencias superficialmente, como si comer las comidas tradicionales de ambos fuera suficiente; a veces, se descubre que la indigestión posterior se relaciona con diferencias más profundas y no examinadas. Es particularmente tentador hacer de cuenta que las diferencias de poder e influencia, asociadas con la raza, la clase social y la cultura en el mundo exterior, desaparecen en el abrazo de una pareja. Sin embargo, cuando tales disparidades no tienen espacio para ser reconocidas y tratadas, deterioran totalmente la relación y a menudo se manifiestan en cuestiones aparentemente inconexas.

Cuando se ocultan las diferencias de clase social

Cuando Janice e Ian Lankton vinieron a verme, estaban a punto de separarse. Ian decía que todos sus problemas se relacionaban con la desconsideración que sentía de parte de la familia de Janice, que lo trataba "como a un ciudadano de segunda clase", y a la negativa de Janice de apoyarlo ante su familia. Janice insistía en que Ian era simplemente "demasiado sensible" y que después de diez años tendría que haber aprendido a adaptarse al sentido del humor de su familia.

Nos encontramos en un frío día de enero, poco después de una pelea en la casa de los padres de Janice, ocurrida en Navidad. "Todos los años pasa lo mismo", expresó Ian. "Vamos a lo de mis suegros para Navidad. Entregan hermosos regalos a sus hijos y a los cónyuges de sus otros hijos, y a mí me toca una

pedazo de chatarra. Este año me dieron un juguete a cuerda. Me sentí tan humillado, que perdí los estribos."

Cuando le pregunté a Janice qué pensaba sobre esto, se mostró un poco turbada y dijo que se trataba de una broma. Cuando lo discutimos con más detalle, descubrí que ellos pasaban todas las vacaciones con la familia de Janice, que siempre se invitaba a las familias de los esposos de sus dos hermanas, y que los padres y hermanos de Ian nunca habían sido incluidos. Cuando le pregunté por qué, Janice respondió que los padres de Ian estarían "incómodos" en la casa de sus padres, y que "de todos modos, ellos viven muy lejos". Cuando traté de indagar acerca de la fuente de esta incomodidad, tanto Ian como Janice quedaron callados.

Ian y Janice eran exitosos abogados. Se habían conocido en una prestigiosa universidad. Los dos eran blancos y protestantes. Solo cuando pregunté sobre el trabajo y los orígenes de sus padres, emergió la profunda diferencia de clase social. El padre de Janice era propietario de una gran empresa industrial que había heredado a su vez de su padre. Janice creció en un lujoso y exclusivo suburbio de Connecticut. Tanto ella como sus hermanas habían concurrido a escuelas privadas. Asistieron a fastuosas fiestas de presentación en sociedad, y se esperaba que se casaran con los hombres "adecuados". Cuando Janice quiso comenzar a estudiar Derecho, su madre se interpuso diciendo que no era necesario para la vida que llevaría, pero el padre pensó que podría convertirse en la asesora legal de su empresa, cosa que se hizo realidad.

El padre de Ian fue el primero en terminar la escuela secundaria en su familia. Era un trabajador de la industria automotriz que con el tiempo llegó a ser capataz. La madre de Ian trabajaba en una guardería infantil. Ian creció en un vecindario de clase trabajadora de Cleveland. Sus dos hermanos mayores también se convirtieron en obreros de la industria automotriz. Todas las esperanzas de la familia estaban puestas en Ian, el más joven, que era el único miembro de la familia que había ido a la universidad. Cuando tomó préstamos para hacer la carrera de leyes, el padre le dijo que esa era la única cosa por la que valía la pena endeudarse.

La prohibición norteamericana de tocar el tema de las clases sociales en la conversación, aunada al mito de que la edu-

cación universitaria lo convierte a uno en clase media, permite que se oculten las diferencias sociales en una pareja. De hecho, las diferencias de clase social entre Janice e Ian eran enormes. Durante nuestras entrevistas Ian oyó por primera vez que los padres de Janice habían tratado de convencerla de que no se casara con él. "Simplemente pensé que le dolería enterarse", dijo Janice. "Y de todos modos, me mantuve firme. Quería que Ian gustara de mis padres y que no pensara que eran esnobs."

Su boda fue totalmente planeada y llevada a cabo por la madre de Janice. A pesar de que invitaron a la familia de Ian y a sus parientes, estos fueron claramente marginados. Ian se sintió herido, pero nunca dijo nada a Janice. Después de la boda las dos familias nunca más se vieron. Por vivir en el Este y con la distancia geográfica como excusa, Ian rara vez veía a su propia familia. En tanto que hay muchas razones para que los miembros de una familia no se traten, he hallado, con frecuencia, que un cambio no reconocido de clase social refuerza esta distancia.

Cuando destaqué sus diferencias de clase y me pregunté sobre el impacto de ellas sobre la relación, Janice rápidamente me dijo que ambos ganaban la misma cantidad de dinero y que ahora él era de la misma clase social que ella. Al inquirir sobre la cantidad de dinero que heredarían de sus respectivas familias, Janice miró hacia otro lado e Ian comenzó a llorar. "No estoy llorando por el dinero", dijo Ian. "Estoy llorando porque he tratado muy mal a mi propia familia, con el objeto de ser parte de la familia de Janice. Es como si los hubiera borrado. Rara vez los llamo. No los visito. Nunca me sentí avergonzado de mis orígenes hasta que la conocí a Janice." Mientras Ian hablaba, Janice parecía sacudida. Esta era la primera vez que oía cómo se sentía su esposo frente a sus diferencias y a su relación con su propia familia.

Pregunté nuevamente cómo afectaban su relación las diferencias de clase social. Resultó que Janice criticaba a su esposo a menudo, algunas veces de una forma peyorativa. Ella seleccionaba toda su ropa y le advertía sobre el modo como debía comportarse cuando salían. Ella había elegido las escuela de los niños sin la intervención de él. Ella planificaba las vacaciones y seleccionaba los amigos. "Sé que yo he abdicado", manifestó Ian.

"Siempre he dado por sentado que ella sabe más debido a su origen." De modos insignificantes o importantes, las diferencias de clase social fueron modelando la relación de esta pareja, mientras permanecían por completo como tabú. La incuestionable sensación de privilegio de Janice, asociada con la dolorosa y no examinada sensación de vergüenza de Ian, creaba una relación en la que Ian estaba perpetuamente a la zaga.

Revelar el secreto de las diferencias de clase social, un secreto que Janice e Ian y todo el mundo en su red social conocía, pero sobre el que nunca se habló, fue sólo el comienzo de nuestro trabajo. Durante muchos meses juntos, tratamos todo lo que no había sido dicho desde el comienzo de la relación. Janice no sabía prácticamente nada sobre la familia de Ian. En lugar de considerarlos individuos con una historia de la cual enorgullecerse, estos se habían convertido en un tema que debía ser evitado. Ian necesitó reconectarse con su familia. El primer paso fue contarle historias sobre ellos a Janice. Prosiguió luego con una visita personal a sus padres y sus hermanos, durante la cual les habló sobre su propia desaparición de sus vidas, les expresó su pena y les pidió disculpas.

Dedicamos un tiempo a hablar acerca de en qué puntos los valores esenciales de Janice e Ian eran similares y en cuáles diferentes. Por ejemplo, a Ian le producía mucho disgusto el hecho de que sus niños concurrieran a una exclusiva escuela privada, pero nunca lo había expresado antes. "No me gusta que ellos solamente conozcan a otros niños con mucho dinero. La escuela pública de nuestro vecindario es excelente. Janice siempre ha hecho parecer que ella sabe más sobre educación que yo, y yo dejé que esto siguiera su curso. Quiero cambiarlo." Cambiar la escuela de los niños provocó el primero de los muchos enfrentamientos que Janice tuvo que sostener con sus padres. En última instancia Janice les dijo a sus padres que debían tratar a Ian y a su familia con el mismo respeto que mostraban ante los cónyuges de sus otros hijos. Aunque las dos familias extensas permanecieron bastante distantes, Janice e Ian comenzaron a alternar sus vacaciones con una y otra familia. A pesar de que los padres de Janice no se mostraron súbitamente cálidos hacia el yerno, cesaron sus faltas de respeto.

Cuando los secretos placenteros se vuelven odiosos: separación y divorcio

Así como los secretos modelan las relaciones de las parejas cuando sus miembros están juntos, del mismo modo juegan un papel crítico cuando una pareja se está separando. El descubrimiento de secretos traicionados y mentiras a menudo provocan una separación. Una esposa que quiere abandonar su matrimonio pero que no ha podido encontrar un modo de ser directa en este sentido, puede hacerse la distraída con respecto al mantenimiento de secretos, de modo que su cónyuge "descubra" una aventura. Aun cuando esto no implica una traición a ultranza, se puede producir un gran silencio. Cada vez se comparten menos cosas y otras muchas se van callando. A menudo he sido testigo de la conmoción de un cónyuge cuando el otro le anuncia que ha estado pensando en irse durante meses o incluso años, pero que lo ha mantenido en secreto.

Las parejas arman juntas miles de secretos, durante el tiempo que dura su unión, dando por sobreentendido en forma implícita o explícita que estos secretos no serán confiados a nadie, sin un mutuo acuerdo. He conocido parejas que han permanecido juntas por mucho tiempo después del momento en que deberían haberse separado, acechadas por el miedo de que un profundo secreto fuera violado. Durante la separación y el divorcio, todas las promesas previas de la pareja, acerca de guardar secretos, pueden quedar hechas trizas. Si la guerra del divorcio se vuelve lo bastante caliente, los secretos compartidos que comprometen sentimientos de vulnerabilidad personal y vergüenza se transforman en armas de ataque. El contenido de tales secretos puede tener poca importancia y no presentar consecuencias particulares, excepto como símbolo de la intimidad de la pareja. O la sustancia de los secretos puede ser enorme, como con los secretos sobre enfermedades, infertilidad, sexualidad, o el origen de nacimiento de los niños. Revelar estos secretos fuera de la pareja anuncia que un lazo especial se ha roto en forma irreparable.

Para las parejas que enfrentan una separacion o un divorcio

Mientras que las parejas que están en medio de una separación o divorcio rara vez muestran lo mejor de sí mismas, es importante aminorar la marcha y considerar el impacto a largo plazo de la revelación de un secreto. Cuando su motivación para darlo a conocer es el afán de reivindicación o la venganza, las consecuencias pueden arrojar una larga sombra y arruinar cualquier posibilidad de futura cooperación. Puede ser útil formularse algunas preguntas sobre las razones que se ocultan y las consecuencias de este acto.

- ¿A quién pertenece este secreto? Un secreto sobre la vida de su cónyuge le pertenece a este. Pregúntese a usted mismo qué diría su ex pareja si usted le solicitara permiso para contarlo a los demás. Si usted imagina que el permiso sería negado, no dé a conocer el secreto.
- ¿Bajo qué circunstancia surgió este secreto? Trate de recordar cuándo se originó el secreto entre vosotros. ¿Fue un secreto de almohada, un momento de gran vergüenza, una revelación que modeló y contribuyó a su intimidad? Recordar un momento de ternura cuando se originó el secreto puede mitigar su deseo de usarlo con propósitos de venganza.
- ¿Qué prometió usted originalmente sobre este secreto? Si vosotros acordasteis conjuntamente guardar esta confidencia, cambiar el acuerdo requiere una tratamiento conjunto, a menos que el secreto coloque a usted y a sus niños, o a otros, en peligro.
- ¿Cuál es el precio prolongado por traicionar esta confidencia?
- ¿Cuáles son sus motivos para revelar este secreto ahora?
- Si vosotros tenéis niños que criar en forma conjunta después de la separación, ¿cómo afectará la

revelación del secreto su capacidad para cooperar en interés de ellos?

La información sin duda confiere poder, pero si usted utiliza los secretos en una lucha de poder durante la separación y el divorcio, probablemente obtenga una victoria pírrica.

Cada transición en la vida de una pareja requiere nuevos y no ensayados pasos en la danza de lo secreto y de lo que se comparte abiertamente. Los compañeros íntimos inicialmente se unen por medio de la revelación de secretos, pero conocerse verdaderamente uno al otro por medio de secretos guardados y compartidos es un proceso que dura toda la vida.

Notas

1. S.S. Hendrick, "A Generic Measure of Relationship Satisfaction", *The Journal of Marriage and the Family 50,* 1988, pp. 93-98. En este estudio, los secretos que los miembros de la pareja conocían se correlacionaban con satisfacción en la relación, en tanto que los secretos que desconocían se correlacionaban con el displacer en la misma.

2. Véase el maravilloso capítulo de Rosmarie Welter-Enderlin: "Secrets of Couples and Couples' Therapy", en E. Imber-Black (comp.), *Secrets in Families and Family Therapy.* Nueva York, W. W. Norton and Co., 1993, pp. 47-65. para un análisis de cómo "contar todo" en las parejas, de hecho, conduce al secreto. Welter-Enderlin ofrece tanto una perspectiva norteamericana como una europea en su trabajo con los secretos de las parejas.

3. Originalmente describí esta terapia en "We've Got A Secret! A Nonmarital Marital Therapy", en A. Gurman (comp.), *Casebook of Marital Therapy.* Nueva York, Guilford Press, 1985.

4. Cheryl Muzio, "Lesbians Choosing Children: Creating Families, Creating Narratives", *Journal of Feminist Family Therapy* 7, nos. 3-4; 1995, pp. 33-45, describe el doloroso proceso de adopción de un niño por parte de una pareja lesbiana. Debido a que muchas agencias de adopción se niegan a trabajar con parejas de lesbianas, el secreto que se requiere conduce a cada miembro de la pareja a volverse cada vez más crítica de la otra, por temor a que aparezca algún indicio de su lesbianismo. La pareja reacomodó su hogar y sus ropas y eliminó cualquier señal de afecto entre ellas.

5. En la Encuesta Nacional sobre la Atención de la Salud de Mujeres Lesbianas, de casi 2.000 mujeres lesbianas, sólo el 27% eran conocidas como tales por todos los miembros de su familia, en tanto que el 88% lo eran por sus amigos homosexuales y lesbianas, y sólo el 17% por sus compañeros de tra-

bajo. C. Alexander, "The State of Lesbian Mental Health", *In The Family* I, nº 3, 1996, p. 6.

6. Véase E. Imber-Black y J. Roberts, *Rituals for Our Times: Celebrating, Healing and Changing Our Lives and Our Relationships*. Nueva York, HarperCollins, 1992, para un análisis sobre la importancia crítica de los rituales en la expresión de las creencias y el modelado de la identidad.

9
Equilibrio entre la franqueza y la cautela: secretos entre padres e hijos pequeños

Después de un largo rato, Miranda (de nueve años) dejó de llorar y, respirando todavía en forma entrecortada, dijo que se sentía muy aislada. "Vosotros queréis que os cuente todo, pero no queréis contarme nada a mí", acusó.

"Te hemos dicho", respondí, cubriendo mi desesperación con la mesurada calma que aparento cuando quiero mostrar que mantengo el control, "que ni bien sepamos lo que va a ocurrir, te lo diremos".

"Eso no es lo que quiero decir... Quiero saber todo ahora. Me asusto cuando no me contáis todo lo que está ocurriendo."

"Pero no está ocurriendo nada", respondí torpemente.

"Entonces, ¿por qué tú y papá habláis tanto entre vosotros y a mí nadie me cuenta?"

KATHY WEINGARTEN

Andrew y Cathy Bloom habían venido para una terapia de pareja hacía tres meses, pero la sesión de ese día estaba dominada por un problema diferente: la hermana menor de Cathy, Agnes, había sido golpeada por Saúl, su esposo. El día anterior Cathy había recibido un llamado telefónico de emergencia del médico de su hermana. "No podía creer lo que estaba oyendo", dijo Cathy con tristeza. "Sabíamos que tenían algunas dificultades", agregó Andrew, "pero nunca había ocurrido algo así". Agnes se encontraba en ese momento en un hospital local, y los

miembros de la familia extensa estaban llegando desde distintos puntos del país. Habíamos pasado la mayor parte de la sesión analizando las posibles formas de respuesta de Cathy y Andrew ante esta crisis, cuando Cathy planteó el tema de qué decir a los niños.

Agnes y Saúl tenían una relación muy cercana con las dos niñas de Andrew y Cathy: Serena, de siete años y Paulette, de nueve. Las niñas habían compartido muchas salidas con sus tíos y a menudo pasaban la noche en su apartamento. "¿Qué les decimos a nuestras hijas?" preguntaba Cathy. "Nunca ha ocurrido algo así en nuestra familia. Esto se ve en la TV, en otras familias. Nuestras hijas aman a Saúl. Mi madre quiere decirles que mi hermana tuvo un accidente, pero esto iniciaría toda una serie de mentiras y encubrimientos."

Cathy y Andrew educaban a sus hijas en una intrincada combinación de honestidad y protección. "Siempre respondemos a sus preguntas", agregó Andrew, "pero, ciertamente, las resguardamos de los aspectos desagradables de la vida. Francamente, a menudo me sorprendo de las cosas que aprenden en la escuela a una edad tan temprana. Apagamos la televisión muchas veces, pero ellas vienen de las casas de sus amigos hablando sobre el talk show de la tarde y preguntando qué es una prostituta. Entonces nos vemos obligados a redefinir y ampliar nuestra política de ser honestos dentro de ciertos límites. Creo que nunca oí la palabra *prostituta* hasta que tuve alrededor de quince años."

El comentario de Andrew me hizo recordar una vez más qué complicado se ha vuelto para los padres de niños pequeños decidir qué cosas ocultarles y de cuáles hablar con ellos abiertamente. Yo crecí oyendo: "Hay moros en la costa, las paredes oyen", justo un momento antes de que me sacaran del cuarto donde los adultos hablaban sobre cuestiones misteriosas. (Por supuesto, muchas veces me acerqué sigilosamente hasta los escalones superiores de la escalera y traté de escuchar lo que hablaban, guardando mi propio secreto sobre los secretos de ellos.) Cuando les pregunto a los muchachos de hoy en día qué significa la expresión "Hay moros en la costa", se quedan mirándome sin entender.

Temas que eran tabú en mi infancia, tales como el sexo, la reproducción, la adopción, las enfermedades graves, el divor-

cio, las drogas y la violencia, son parte del repertorio de los temas de conversación cotidiana de los niños de hoy. Lo que alguna vez fue un silencio represivo asociado a rígidas fronteras entre padres e hijos, ahora ha sido reemplazado por su opuesto. Los padres actuales son bombardeados con la prédica a favor de la "apertura", y los medios masivos están plagados de relatos que advierten sobre las consecuencias calamitosas de la "falta de comunicación". Una joven madre que conozco expresó el dilema que enfrentan muchos integrantes de su generación: "Mis hijos son mis amigos, pero yo me pregunto si puedo contarle a mi hijo de 10 años lo que le cuento a mi mejor amigo de 35". Sin duda, sus propios padres no habrían descripto a sus hijos en términos de "amigos", y la dificultad de qué contar a los niños nunca se les habría presentado.

A menudo les pregunto a los participantes de mis talleres: "¿Qué secretos guardaron sus padres ante usted cuando era niño? ¿Qué relación tiene este hecho con lo que hoy usted mantiene en secreto ante sus niños?" Lo que más me impresiona en estas discusiones es la tremenda desorientación que experimentan los padres cuando se debaten entre el legado de silencio proveniente de sus propias familias de origen y el nuevo imperativo cultural de la apertura a toda costa. *Saben que, hoy, proteger a los niños significa informarlos, en lugar de ocultarles la información.* ¿Pero cómo y cuándo deben sacar a la luz temas tales como el abuso sexual o las drogas ilegales? Los mapas de ruta del pasado, cuando los niños eran fácilmente resguardados de las realidades de los adultos si la familia así lo decidía, son poco útiles en el presente, en una época marcada por la saturación de los medios, la cobertura de noticias cada vez más sensacionalistas, y el fácil acceso a Internet, aun para los niños más pequeños. La confusión actual acerca de lo que los niños deben o no deben saber se hace evidente en la demanda simplista de chips antiviolencia (bloqueadores automáticos de la programación televisiva) y de censura para Internet, como si pudiéramos retornar a la era mítica en que los padres controlaban lo que sus hijos veían y oían. La misma confusión subyace en las soluciones de aplicación universal, que suministran algunos expertos en la crianza de niños: Qué contar a su niño a los 3, los 4, los 5, los 6 años, y así sucesivamente. Las cuestiones fundamentales permanecen sin respuesta: ¿Qué

niño y en qué familia? ¿Con qué tono emocional? ¿En qué circunstancias sociales? No es lo mismo proporcionar a los niños simplemente datos sobre drogas o sexo, por ejemplo, que proveerlos de una mezcla mucho más compleja de significados, emociones, valores, ética e historias familiares.[1]

Algo que también falta en todos estos consejos de especialistas es un análisis matizado acerca de cómo las circunstancias sociales de una familia dada afectan los pensamiéntos, sentimientos y acciones de un progenitor, con respecto a sus hijos y los secretos. Cuando Andrew y Cathy Bloom dejaron mi consultorio ese día, habían decidido revelar a sus dos hijas pequeñas la existencia de una mujer golpeada en su familia extensa. Los Bloom vivían en una comunidad unida. Sus mejores amigos los habían instado ya a que no guardaran en secreto el problema de la hermana de Cathy. Sentían que tenían gran cantidad de apoyo en su tarea como padres. Más tarde, ese mismo día, me vi confrontada con la absoluta determinación de una madre aislada, de un barrio pobre de la ciudad, de guardar secretos ante su hija de diez años.

Una madre que sabía demasiado y una hija que sabía demasiado poco

Cleo Robinson, de 41 años, acababa de realizar su tercer viaje a la sala de emergencias en el mes, con su hija Latesha, de 10 años. Durante el último año y medio, Latesha se había lastimado a sí misma de diferentes modos: se había hecho cortes en brazos y piernas, se había arrancado las pestañas, se había roto el codo después de saltar desde un umbral elevado. Cleo, una madre soltera afronorteamericana, vivía con Latesha en uno de los peores barrios de Brooklyn, donde las canciones de cuna de la niña habían sido, con demasiado frecuencia, los disparos de armas de fuego. Su calle estaba sembrada de ampollas de crack vacías. En nuestra primera reunión Latesha comentó: "No ha habido muchos tiroteos últimamente", con el mismo tono que otro niño habría utilizado para contarme sobre sus juegos con sus amiguitos.

El personal de la sala de primeros auxilios me había derivado la familia, tanto por su preocupación por Latesha como

por la intimidación que sentían frente a la furia de Cleo. Cuando las entrevisté por primera vez, Cleo a duras penas podía contener su enojo con Latesha. Bajo su enojo, pude percibir una pena no expresada, y estuve segura de que Latesha también la percibía. Pero en lo manifiesto, Cleo era implacable. Acusó a su hija una y otra vez de "destruirse a sí misma". Latesha permanecía sentada pasivamente, mientras su madre descargaba su furia sobre ella. Era claro que ya había escuchado todo eso antes. Lo que Latesha no había oído nunca, pero ciertamente había sentido, era la historia de la vida de su madre.

Le pregunté a Cleo si podríamos construir su árbol familiar, con el objeto de que yo pudiera entender algo más acerca de su pasado entorno, que las afectaba a ella y a su hija. Se negó. Traté de preguntar algo sobre su vida, y al instante remitió la conversación a Latesha. Cuando le pregunté por el papá de la niña, me dijo secamente: "El papá no cuenta", y cambió en seguida de tema. Cuando se levantaron para retirarse, después de nuestra primera entrevista, me di cuenta, y lo expresé en voz alta, de que Cleo tenía una cinta roja de SIDA en su chaqueta. "Eso es tema para otro día", dijo Cleo. Después de esa sesión me quedó la impresión de que Latesha era una niña que sabía demasiado sobre las drogas y la violencia de las que era testigo justo en la puerta de su casa, pero demasiado poco sobre su propia familia.

Poco después de la sesión, Cleo me llamó: "¿Podríamos encontrarnos a solas?" me preguntó. "Hay cosas que necesito contarle, pero no frente a Latesha." Estaba por convertirme en el receptáculo de los secretos de Cleo. Imaginaba que estos secretos eran relevantes para los problemas de Latesha, pero ¿sería capaz de ayudar a Cleo para verlo, o me transformaría en una aliada inconsciente de sus silencios?

"Me crió mi abuela, la madre de mi madre", comenzó diciendo Cleo. "Latesha sabe esto, pero no sabe por qué. Es muy influenciable y no quiero darle ideas." Cleo pasó a contarme que su propia madre había sido una heroinómana que había muerto por una sobredosis cuando Cleo estaba embarazada de Latesha. "Mi madre se destruyó a sí misma. Latesha sólo tiene 10 años y va en camino de destruirse a sí misma. Estoy segura de que sólo es cuestión de tiempo para que se haga drogadicta", manifestó Cleo. "El nombre de mi madre era

Loretta Mae; a mi beba le puse Latesha Mae, pero no sabe que es por mi madre. Ahora pienso que no debería haberlo hecho. Ha heredado su debilidad." Comenté que suponía que había dado ese nombre a su hija porque tenía algunos buenos recuerdos de su madre, y que me preguntaba si Latesha conocía algunos de ellos. "No hablamos sobre mi madre", respondió Cleo con énfasis.

Muchos otros aspectos de la vida de Cleo, de las que no hablaba con Latesha, surgieron esa tarde. Latesha tenía un hermanastro que había desaparecido a la edad de 16 años, cuando la niñita tenía tres. "Estoy segura de que no lo recuerda", sentenció Cleo, "y he quitado todas sus fotografías." El padre de Latesha, el único hombre a quien Cleo había amado, la abandonó cuando estaba embarazada de Latesha. Cleo se enteró de que estaba en la ciudad, pero él nunca la llamó, ni le mandó dinero, ni tampoco conoció a su hija. Dado que esta nunca preguntó sobre su hermano o su padre, Cleo estaba convencida que estos hombres no significaban nada para su hija. Como muchos niños, Latesha había aprendido qué temas no debían tocarse y qué preguntas no debían formularse.

Un joven, a quien Cleo había ayudado a criar, en un arreglo de adopción informal, había muerto de SIDA hacía un año y medio, poco antes de que Latesha comenzara a lastimarse. Cleo lloraba mientras hablaba de él, acerca de los desesperados intentos que hizo por separarlo de las drogas, acerca de su muerte anónima en un hospital de la ciudad. Luego dijo: "Estoy segura de que Latesha no se da cuenta de mi tristeza; la oculto muy bien". Yo trataba de articular el modo como podría ayudar a Cleo a ver que Latesha no sólo se daba cuenta de su tristeza, sino que la sentía profundamente y que no tenía modo de entenderla. La enormidad de las pérdidas de Cleo coloreaban cada momento de su vida con Latesha y sin embargo, jamás había intercambiado una sola palabra con su hija que diera cuenta de estas pérdidas. Cleo concluyó nuestra entrevista insistiendo en que la autoagresión de Latesha era suficiente evidencia de que no podría procesar toda esta información.

El miedo de Cleo a que la revelación de sus secretos empeoraría las cosas para Latesha es un temor compartido por muchos padres. El guardar un secreto ante los niños pequeños comienza muy a menudo como un modo de protegerlos. Pero

bien puede resultar lo contrario. Cuando mantener un secreto requiere simulación, engaño, mentiras y evasivas, el radar de los niños comienza a funcionar. Los niños, que están creciendo y luchando para dar sentido a los mensajes contradictorios de sus padres, pagan un alto precio, ya que una gran cantidad de su energía y atención es invertida en dar respuesta al misterio. Cuando una madre o un padre muestra una emoción intensa pero no da explicaciones, cuando se esfuerza por ocultar lo que siente, o se repliega sobre sí mismo sin motivo aparente, los niños experimentan angustia. Pueden convertirse en detectives, crear elaboradas fantasías, culparse a sí mismos o desarrollar dolorosos síntomas.

Latesha era testigo, cada día, de una madre profundamente triste. Y cada día Cleo actuaba como si todo estuviera bien. Las palabras de su madre se volvían cada vez menos fiables para Latesha. En forma simultánea, el sentido de la propia capacidad de juicio de esta niñita era desafiado constantemente. ¿Estaba viendo lo que pensaba que estaba viendo? ¿Cuál era el significado de la palpable pena de su madre? Frente a esta confusión, Latesha comenzó a lastimarse a sí misma. Su autoagresión era una potente metáfora de todo el tormento y la pérdida no confesada y no reconocida de su madre.

Cuando la conducta de un niño resulta ser un comentario indirecto sobre el contenido o la presencia de un secreto, los padres con frecuencia responden como Cleo. En un círculo que se iba estrechando, el daño que Latesha se infligía a sí misma actuaba como un recordatorio constante, para Cleo, de la drogadicción de su propia madre. Creo que la furia incontrolable de Cleo (que había llevado a que el personal de la sala de primeros auxilios la rotulara como una "madre inadecuada") no era otra cosa que la expresión de una desconcertante mezcla de enojo mal dirigido y un miedo abrumador de que Latesha siguiera el camino de autodestrucción de la familia. Sería mi tarea ayudar a Cleo a desenmarañar estos sentimientos y comenzar a ver a su hija como a su aliada y no como a su enemiga.

A medida que se sucedían las entrevistas con Cleo, cada sesión traía más y más historias que nunca había contado a nadie. Si bien tanto su madre como su padre habían sido adictos a la heroína, también habían sido talentosos cantantes que recorrían el país presentándose en pequeños clubes. Cuando

Cleo tenía 15 años, su padre fue asesinado. Nunca se encontró al asesino. Poco después Cleo quedó embarazada y su abuela la echó. Por un corto tiempo su madre cobró fuerzas, dejó de consumir drogas y cuidó de Cleo. Pasé mucho tiempo explorando este período con Cleo y escuchándole describir la fortaleza de su madre. Nadie había hablado nunca a Cleo sobre las buenas cualidades de su madre. Había crecido oyendo cómo su abuela la escarnecía. "Mi abuela me contó demasiado sobre mi madre cuando yo era muy pequeña", manifestó Cleo. "Cuando apenas tenía tres o cuatro años, mi abuela me dijo: 'Tu madre es una drogadicta. Tu madre es una puta'. Yo ni siquiera sabía lo que significaba esto, pero sí que era algo malo. Hizo que sintiera que yo también era mala. Decidí no hacerle eso a Latesha". Aquí teníamos otra pieza del rompecabezas. La experiencia de Cleo de oír demasiada información de pequeña, en un contexto colmado de enojo y de culpa, la condujo a creer que debía proteger a Latesha de cualquier cosa que pudiera perturbarla.

Para ayudar a Cleo a que se acercara a un punto en el que, al menos, pudiera considerar la posibilidad de revelar sus muchos secretos dolorosos a Latesha, fue necesario que desarrolláramos una visión más detallada y completa de la historia de su familia. Cleo había crecido oyendo una opinión muy categórica y unilateral sobre su propia madre. Había tenido buenos momentos con ella, cuando la visitaba y era buena y amorosa con Cleo, pero estos pasaron inadvertidos para la familia. Nadie nunca trató sobre la migración de su familia desde el sur, donde los lazos de esta familia religiosa y de clase trabajadora habían sido estrechos, hacia el norte, donde la familia se había dispersado, empobrecido y, finalmente, desintegrado. Desde la perspectiva egocéntrica de cualquier niño pequeño, Cleo imaginó que las circunstancias de su familia eran únicas y extraordinariamente vergonzosas. Creía con firmeza que al ocultar todo esto ante Latesha, le evitaría esa vergüenza. Le manifesté a Cleo que yo creo que la vergüenza crece en grietas invisibles y prospera en el silencio. "Latesha experimenta tu vergüenza", le dije, "pero en este momento no tiene modo de comprender de qué se trata".

Juntas, hicimos un reconocimiento del talento de su madre y de cómo pervivía en ella misma y en Latesha. La mamá de

Cleo escribía poesía. Latesha acababa de ganar un premio en la escuela por un poema. Gradualmente, el secreto de la vida de Loretta Mae, que Cleo había situado sólo en su abuso de drogas, comenzó a ser más complejo y, paradójicamente, fue más fácil hablar de él.

Le pregunté a Cleo si estaba dispuesta a mantener una reunión con Latesha para considerar el significado de "sobrevivir" y "autodestruirse" en los individuos y en las relaciones. Le expresé que pensaba que ambas cualidades existían mano a mano en su familia y en su comunidad. Estuvo de acuerdo.

Comenzamos la reunión generando listas de palabras que definieran *sobrevivir* y *autodestruirse*. Latesha las escribió en la pizarra. Por primera vez desde que nos habíamos conocido, la madre y la hija estaban colaborando en una tarea. Quedé sorprendida por el modo como las definiciones de Cleo reflejaban su vida. Cleo proclamó que sobrevivir se definía como "temperamento irascible, obstinación y rebeldía". Y, por supuesto, estas eran cualidades que la habían ayudado a sobrevivir. Latesha agregó a la lista "fortaleza, cautela, coraje y feminismo". Conjuntamente definieron la *autodestrucción* como "adicción, malos hábitos y lastimarse a sí mismo". Cleo agregó "quejosa". Entonces Latesha, mirando a su madre a los ojos dijo: "Pon 'tristeza' y 'depresión' en la lista".

Les pregunté si podíamos hablar sobre las personas que ellas conocían que eran "sobrevivientes". Latesha comenzó a contarme sobre una amiga que tenía que vivir con su abuela porque su madre era adicta al crack. Cleo comenzó a llorar y Latesha la siguió inmediatamente. Cuando le pregunté a Latesha qué ocurría, dijo: "Estoy llorando porque mamá llora". La antigua creencia de Cleo de que Latesha "no se daba cuenta" se hizo añicos. Mientras Cleo lloraba, Latesha preguntó en voz baja: "¿Qué te pasa, mamá?" A través de las lágrimas y por primera vez en su vida, Cleo le dijo: "Estoy pensando en mi madre". Durante los siguientes cuarenta minutos, Cleo comenzó a contarle a Latesha sobre Loretta Mae. Fue la primera de muchas conversaciones, tanto durante la terapia como en la casa, acerca de la madre de Cleo, del padre de Latesha y del medio hermano; del hijo adoptivo de Cleo y de muchos otros miembros de la familia y amigos. La autoagresión de Latesha no volvió a ocurrir después de esta reunión.

Nuestro trabajo conjunto incluyó diversas maneras de trabajar con los secretos. Hicimos un árbol genealógico, y Cleo contó muchas historias acerca de cada miembro de la familia. Algunas eran dolorosas, pero muchas hablaban de esperanza, coraje y perseverancia. Cleo puso especial cuidado en que su hija comprendiera que ninguna de las cosas malas ocurridas en su familia eran culpa de Latesha ni era su responsabilidad arreglarlas. Miramos fotografías familiares, incluyendo las del padré y del hermano de Latesha, que ella nunca había visto. Cleo llevó a Latesha al cementerio para ver dónde estaban enterrados sus abuelos y para orar por ellos. Hablamos sobre determinadas cosas que, de otro modo, nunca se hubieran sabido, tales como qué había ocurrido al medio hermano de Latesha. Les comenté a Latesha y a Cleo que había secretos que la vida guardaba, y secretos que otras personas guardaban ante nosotros. Las muchas pérdidas en la vida de Cleo salieron a la luz para poder hablar sobre ellas y restañar las heridas.

Secretos placenteros y esenciales de los niños

"¿Cuál es el primer secreto que guardaste ante tus padres que puedas recordar?", le pregunté a mi madre de 83 años. Sin dudarlo ni un momento, comenzó a contarme sobre cuando ella tenía cinco años y el caballo del carro del hielo la tiró. "Yo no debía acercarme al carro del hielo. Pero era tan tentador. Era uno de esos días calurosos de Chicago y yo quería levantar el hielo que había caído sobre la vereda. Me incliné delante del caballo, y este sacudió la cabeza de lado y me tiró en la calle. Sabía perfectamente que no podía contarle a mi mamá porque me había dicho una y otra vez que no me acercara al carro. El secreto no duró mucho; algunos amigos fueron a casa y le contaron."

A medida que mi madre hablaba, recordé que había oído esta historia de labios de mi abuela, 45 años atrás. Era parte de una colección de historias, un volumen que ahora titularía *Travesuras que hizo mamá*. En la versión de mi abuela faltaba, sin embargo, la referencia a que mi madre había guardado el incidente en secreto.

En tanto que la mayoría de los padres relacionan los secretos con los adolescentes, lo cierto es que hasta los niños de tres

años guardan secretos ante sus padres. Cuando en los talleres pregunto: "¿Cuál fue el primer secreto que guardó ante sus padres y cómo le resultó esta experiencia?" A menudo oigo historias de niños de cinco y seis años que descubrieron la embriagadora realidad, en parte liberadora y en parte culpógena, de los pensamientos y las acciones personales que nadie puede conocer, a menos que se decida contarlos. Los secretos de la infancia nos ayudan a conocer la medida de nuestra "adultez". ¿Podemos manejar una situación sin contarla a nuestros padres?

Mi colega y amiga Janine Roberts relata una historia de cuando tenía seis años: "Mi padre tenía una caja grande y especial en su taller en el sótano. Estaba divida en pequeños compartimientos. Y cada uno contenía un tipo diferente de clavo o tornillo. No debíamos bajar allí, pero un día decidí investigar. No me costó mucho desparramar el contenido de la caja por todo el piso del sótano. ¡Cientos de clavos y tornillos! Pasé horas clasificándolos cuidadosamente y volviendo a colocar todo en su lugar. Me sentí muy orgullosa, muy adulta. Nadie lo sabría. Naturalmente cometí errores. Cuando mi papá volvió a casa, preguntó quién había estado en su taller. Guardé el secreto, pero me sentí tan frustrada de no haber acomodado todo correctamente... Y estaba segura de que él sabía que yo lo había hecho". En el transcurso de unas horas, el secreto de Janine la había transportado desde los 6 hasta los 16 años y nuevamente a los 6.

Mientras que el pensamiento freudiano ha promovido desde hace tiempo la idea de que los primeros secretos de los niños son sobre sexualidad, en realidad, estos son mucho más variados. Llevar animales a la casa y esconderlos, robar lápices de colores en la escuela para tener más variedad, sacar las monedas de las fuente de los deseos, encontrar en noviembre los regalos escondidos de Navidad, intercambiar los almuerzos en primer grado, mirar programas de televisión prohibidos: la lista es infinita. A menudo, el contenido específico de un secreto es menos importante que la experiencia que ofrece de ser uno mismo. Hasta los secretos que ocultan ante los padres una mala conducta y contienen un toque de culpa infunden el sentimiento de que uno es capaz de tomar decisiones de manera independiente. Crear y guardar secretos ayuda a los niños pe-

queños a tomar conciencia de que son personas separadas de sus padres, con pensamientos y sentimientos únicos. A medida que descubren lugares físicos y psicológicos para ocultarse, también descubren un yo autónomo. La equidad y la iniquidad, la justicia y la injusticia, el miedo y el coraje, la autojustificación y la culpa se alojan en esos escondites a medida que los niños experimentan con los secretos.

Los secretos con hermanos y amigos también contribuyen a nuestras más tempranas experiencias de confianza e intimidad. Cuando yo tenía ocho años, una noche me mandaron a mi habitación sin comer el postre por una infracción que, ciertamente, no puedo recordar. Lo que nunca olvidaré, sin embargo, es que mi hermano mayor, de 14 años, un rato después me trajo masitas. Pensando sobre el incidente, 45 años después, todavía puedo evocar la sensación de sentirme comprendida y cuidada por mi hermano, cuando los dos juntos engañamos a nuestros padres.

Los niños pequeños hacen pactos secretos, se toman juramentos de sangre, crean códigos y forman clubes exclusivos con contraseñas secretas, todo para descubrir el modo como los secretos modelan las relaciones y arman mundos privados, sin adultos. Las primeras experiencias infantiles de traición pueden aparecer cuando estos secretos son rotos unilateralmente. La mayoría de nosotros pude recordar haber formulado o recibido el reproche de "prometiste no contarlo".

Chantaje fraterno

"Cuando tenía siete años salpiqué con pintura el costado de la casa", me contó Alice Holder, actualmente de 35, mientras nos preparábamos para una sesión de terapia con su hermano mayor, Jeff, de 40. "Jeff sabía que yo lo había hecho. Mi padre se puso furioso y estaba dispuesto a azotar al culpable. Guardé silencio y Jeff también. Pero pagué un alto precio. Jeff me nombró su 'esclava' y me dijo que tenía que hacer todo lo que él quisiera o de lo contrario lo contaría. Recuerdo ese incidente porque habla mucho sobre nuestra relación. A lo largo de nuestra vida, permití que Jeff me protegiera de la ira de nuestros padres, a cambio de explotarme para beneficio propio".

Por medio de los secretos, los niños aprenden que la información puede equivaler a poder ilícito en la política de la vida familiar. Los padres a menudo se asombran de las intrigas y manipulaciones que se tejen entre los hermanos con referencia a los secretos. Cuando no existe un control, las arteras amenazas de un hermano o una hermana pueden resultar, como una mujer las llamó, una "tortura fraterna".

Ampliar los límites de la lealtad

"¿Hago lo que mi familia quiere que haga o sigo mis propias creencias?" Esta pregunta, que ocupa más de una sesión de terapia de adultos, surge, en su forma infantil, cuando los niños guardan secretos que transgreden las normas de la familia. Los niños pequeños necesitan aprender que las diferentes familias son, de hecho, diferentes culturas, cada una con sus propias costumbres, prácticas y creencias sobre lo que es bueno y lo que es malo. La incipiente capacidad de sostener diferencias con respecto a la propia familia, de desafiar el programa familiar, a menudo emerge en los secretos.

Cuando tenía 10 años no me permitían viajar en el tren elevado de Chicago sin mis padres. Mi mejor amiga, Geena, de 11 años, tenía permiso de recorrer la ciudad a su mejor parecer, y no encontraba razón por la que yo no pudiera acompañarla en el tren. Tramamos durante varios días realizar un viaje al centro de la ciudad sin que mi madre lo supiera. Aun cuando no tenía cómo nombrarlo en aquel entonces, el dolor que sentí en el pecho evidentemente fue la manifestación de mi primera experiencia de ansiedad.

La noche anterior a nuestro viaje furtivo, me quedé en la casa de Geena. No pude dormir ni comer. ¿Cómo podía tener un secreto con Geena que transgrediera las normas de mis padres? Otro secreto me carcomía. ¿Cómo podía ocultarle a mi mejor amiga que yo estaba demasiado asustada para ir? El conflicto era enorme y algo mayor de lo que mi psique de 10 años podía manejar. Un momento antes de que el tren llegara a la estación, me largué a llorar y salí corriendo a llamar a mi mamá. Si bien se impuso la lealtad hacia mi familia y Geena nunca me lo perdonó, ahora pienso en este incidente como el primer in-

tento de diferenciación de una niña de 10 años. Este es mi recuerdo más remoto de desafío, aun en la imaginación, de lo que mis padres me decían que debía hacer fuera de casa. Para la mayoría de nosotros, estos atisbos de revolución comienzan con los secretos de la infancia.

Algunas veces, un secreto permite a un niño pequeño equilibrar lealtades complejas y contrapuestas: con la familia, los amigos, consigo mismo. En 1944, Kathrine era una niña suiza de 10 años, que crecía en la inquietante neutralidad de la Segunda Guerra Mundial. La mayor de cuatro niños, Kathrine enfrentaba una doble fuente de ansiedad en su hogar: el embarazo extremadamente difícil de su madre con su quinto bebé y el trabajo de su padre como voluntario en la vigilancia ante bombardeos aéreos. En medio de esta diaria confrontación con la vida y la muerte, Kathrine descubrió un islote de tranquilidad y delicia.

"Recuerdo que siempre que podía me iba a lo de mi mejor amiga, María, a pasar un rato con ella", me confió Kathrine. "María vivía muy cerca, en una hermosa casa de tres plantas, con su abuela paterna alemana, su madre checa y su papá suizo. María era mi amiga más querida, y me atraían su familia y el modo como vivían, tan diferente del nuestro. Se sentaban a la mesa para almorzar, durante horas, y consumían comidas austríacas y checas, que me encantaban. Hablaban y hablaban. Y eran amantes de la música. Tenían un piano en el comedor y después del almuerzo alguno de los miembros de la familia tocaba música clásica y los otros cantaban. Nadie en mi familia hacía música en esa época de nuestra vida."

Pero esta escena familiar llena de alegría, y en apariencia perfecta, tenía una profunda fractura. El padre y la abuela de María apoyaban a Hitler abiertamente. Cuando escuchaban las noticias de la guerra en la radio, Kathrine se daba cuenta de que querían que Alemania se tragara a Suiza. La familia de Kathrine gritaba con enojo y abucheaba a Hitler cada vez que aparecía en la radio; la familia de María lo vitoreaba. "Amaba a mi amiga", manifestó Kathrine, "y amaba el arte, la comida y la música de su hogar. Estaba segura de que si mi familia sabía de su postura política, daría fin a mi amistad y a mis visitas. De modo que mantuve el secreto. De algún modo dividí, prolijamente, los dos mundos en mi corazón."

Cuando terminó la guerra, se ventiló el secreto. Durante el

programa de desnazificación suizo, el padre de María fue interrogado. Admitió sus simpatías por los nazis, pero las atribuyó a su lealtad hacia su madre alemana. Kathrine y sus padres leyeron la historia en el periódico local. Ellos le dijeron a Kathrine que no estaban sorprendidos. Habían sospechado sus inclinaciones todo el tiempo, pero querían que su hija diferenciara entre María, y su padre y la abuela. "Aun cuando mis padres me dieron permiso, de algún modo no pude seguir mi amistad con María una vez que el secreto quedó al descubierto", expresó Kathrine.

Mantener el secreto había permitido a Kathrine habitar y apreciar dos mundos dispares. La lealtad para con su amiga fue posible solo en la medida en que Kathrine no llevara a su hogar las convicciones políticas de la familia de María, que chocaban con todas las creencias de su propia familia. Cuando el secreto se hizo público, sin embargo, Kathrine ya no pudo hacer malabarismos y equilibrar estas diferencias tan fundamentales y desconsoladoras. Ahora, continuar su amistad con María podría ser visto y juzgado como una deslealtad, tanto hacia su familia como hacia la comunidad más amplia, que había sacrificado tanto para oponerse a Hitler y a los nazis.

Muchos de los secretos que los niños pequeños crean y mantienen (y a veces finalmente revelan) contribuyen al desarrollo de su sentido de identidad. Por medio de ellos, los niños ganan una comprensión temprana de los límites de las relaciones, de las situaciones dificultosas que implican las lealtades y las obligaciones hacia los demás, y de las complejidades de la mentira y la honestidad en la familia y entre los amigos. Estos secretos enseñan a los niños a hacer un ejercicio de introspección y a lidiar con los dilemas que se les presentan de un modo que ningún sermón de los padres o programa escolar podría hacer. Pero no todos los secretos tienen este cariz benigno. Algunos secretos infantiles abruman a los niños con su peso, limitan sus elecciones y encogen sus almas.

Secretos de los niños, cargas de los niños

"Tomaba un atajo a través de un terreno baldío, hacia la casa de mi amigo Arthur", recordó Kirk Brownley. "De pronto una mujer que nunca había visto antes, vino hacia mí corrien-

do y comenzó a pegarme con su bastón. Mientras lo hacía gritaba que yo le había faltado al respeto. Finalmente pude escapar, pero no antes de que me hiciera sangrar profusamente. Tenía 11 años en aquel entonces. Sólo, sabía que no podía volver a casa y contarles a mis padres lo que había ocurrido. Mentí, dije que me había caído y allí terminó el asunto. Aún ahora, relatándolo, puedo sentir otra vez el miedo que tenía y lo solo que estaba."

Kirk tenía 47 años cuando me contó esta historia en terapia. Estaba luchando con su incapacidad de confiar en alguien o contar con aquellos que estaban más cercanos a él. Cuando le pedí que recordara algún secreto muy temprano, inmediatamente trajo a su memoria este incidente. "¿Por qué piensa que decidió no contarles nada a sus padres?" le pregunté. "Yo sólo pensaba que merecía cualquier cosa que me sucediera. Crecí oyendo que yo era malo. Si me metía en algún problema en la escuela, aun cuando no fuera mi culpa, mis padres me castigaban nuevamente en casa. Aunque no me podía imaginar qué había hecho, si esta señora me estaba pegando, algo debía de haber hecho. Me llevó 20 años deducir que debía haber estado loca y entender que yo no había hecho nada malo", agregó Kirk.

La historia de Kirk apunta al enorme dolor que cargan los secretos de algunos niños. El padre de Kirk era un alcohólico que arbitrariamente la emprendía contra sus hijos. Por momentos podía ser dulce y cariñoso, e inesperadamente llenarse de ira. La madre de Kirk dedicaba poca energía a él y a su pequeña hermana. Kirk aprendió demasiado temprano que sus padres no eran fiables. En el mundo de Kirk, los adultos no eran confidentes seguros ni protectores fiables. A falta de un adulto que le ofreciera protección, de niño Kirk guardó muchos secretos. Sin nadie que se pusiera de su lado, que corrigiera sus percepciones, o que ofreciera una visión alternativa, estos secretos reforzaron su propio sentimiento de ser "malo" y su percepción de que los adultos no eran fiables y de que el mundo era peligroso. Treinta y cinco años después y con muchas relaciones fracasadas, comenzamos a desafiar estas creencias en la terapia. Por primera vez en su vida, le fue posible compartir secretos.

Los niños guardan secretos nocivos y peligrosos por muchas razones. Algunos, como Kirk, aprenden rápidamente que sus

padres no son fiables. Algunos niños guardan secretos porque se dan cuenta de que sus padres son extremadamente vulnerables debido a una enfermedad mental, una adicción, o a estados agudos de angustia. En la terapia familiar, a menudo veo padres que confunden el silencio de sus niños y el aparente alto nivel de desempeño, con madurez, cuando en realidad, estos niños están sobreexigidos, por encima de sus años y de su capacidad, para cuidar a sus padres. He hablado con niños de seis y siete años que están aterrorizados por el desempleo de su padre o porque la madre se refugia diariamente en su dormitorio, y que, a pesar de esto, muestran ante sus padres una conducta perfecta en la casa o en la escuela. Habiendo aprendido a ocultar los pensamientos, las preguntas, los sentimientos y las observaciones, aparecen en mi consultorio con inexplicables dolores de estómago o de cabeza, o con insomnio.

Algunos niños guardan secretos porque temen no cumplir con las expectativas de sus padres. Las expectativas que superan la capacidad de un niño pequeño alimentan secretos culposos. Si un joven se copia en las pruebas, altera las notas, oculta su mala conducta o exagera sus logros, lo tomo como una señal de que los padres necesitan reevaluar lo que esperan de su hijo.

Stevie Fortuna, un niño de 9 años, estaba sentado con la cabeza gacha, las manos sobre la cara, y las piernas flexionadas contra el pecho. Su madre, Eva, comenzó la reunión contándome cuánto se había enojado al descubrir, dos días antes, que todos los periódicos de la semana que Stevie tenía que distribuir estaban en el tacho de la basura. Stevie era el mayor de tres niños. Su padre había abandonado la familia hacía un año y medio, para ir a vivir con su amiga íntima. Cuando Eva describió a Stevie como su "hombrecito", vi cómo este se encogía todavía más, desapareciendo prácticamente en un rincón de mi diván.

Stevie era un estudiante excelente, un buen atleta, un buen hermano mayor de sus dos hermanitas y una fuente constante de orgullo para su madre. Cuando Eva sugirió que probara hacer el reparto de un diario, Stevie no puso objeciones. Ahora Eva estaba asustada, enojada y defraudada. "¿Qué significa esto?", preguntó Eva. "¿Es el comienzo de su transformación en un irresponsable como el padre?" Stevie permaneció en silencio durante todo este discurso de su madre.

Ese día, pasé algún tiempo con Eva a solas, con el objeto de calmar su ansiedad y de oír algo más sobre la historia actual de su vida. Durante el día trabajaba en una guardería, lo que posibilitaba que sus dos niñitas asistieran sin cargo. No recibía de su marido la cuota de alimentos para los niños.

Después de la cena, asistía a unos cursos de enfermería en la escuela local de la comunidad. Una adolescente iba a cuidar a los niños, pero era claro que contaba con Stevie para el cuidado de las niñas. Haciendo mucho más de lo esperable para sus nueve años, les daba algún refrigerio a las hermanas, las ponía a dormir y les leía algo. Después de hacer la tarea, esperaba levantado a su mamá. ¿Cuál sería la causa de que este niño tan responsable actuara de una forma totalmente inusual?

Le comuniqué a Eva que me parecía que Stevie quería que ella supiera que no podía hacerse cargo del reparto del diario, pero que no se lo podía decir directamente. "Dejó los diarios en el garaje, donde usted los pudiera encontrar", le dije. "Creo que cuando los niños nos hablan sin palabras, a menudo se trata de que quieren nuestra ayuda en algo."

Cuando Stevie volvió a reunirse con nosotras, le pregunté si quería dibujar el recorrido del reparto. Mientras Eva permanecía callada y sentada cerca de nosotros, Stevie dibujó edificios de departamentos y casas, colocando cuidadosamente los nombres de las calles y los números, coloreando los techos, y decorando los jardines. Cuando llegó a cierta casa, se detuvo y permaneció inmóvil durante un rato considerable. Luego, tomó un lápiz de color y dibujó un perro de aspecto feroz con largos colmillos blancos.

"Este perro es más grande que todas las personas que dibujaste", comentó su madre con tino. En este punto, este niñito estoico se quebró. A través de las lágrimas, le contó a su madre que este perro le había estado gruñendo e intentando morderlo cada vez que iba con el diario. El "hombrecito" de Eva, de pronto y tal como correspondía, tenía nueve años. Stevie se había sentido tan aterrorizado de ser atacado por el perro, que simplemente dejó de distribuir los diarios. Al mismo tiempo, estaba tan preocupado por defraudar a su madre que mantuvo en secreto su miedo. Con la lógica típica de los niños, Stevie arrojó los diarios en el cubo de la basura de su casa, donde su madre seguramente los encontraría. "Me imaginé que si te enojabas mucho

conmigo, iba a poder abandonar el reparto y no iba a tener que contarte nunca que tenía miedo de ese perro", concluyó Stevie.

Aunque al revelarse el secreto de Stevie se solucionó el misterio inicial de su conducta, esto fue solamente el comienzo de nuestro trabajo. El secreto de Stevie señalaba el camino hacia numerosos temas que Eva y su familia debían abordar. Stevie necesitaba tener 9 años y no 19 o 39. Después de contarle a su madre sobre el miedo secreto al perro, Stevie también podía revelar otros miedos, normales para un niño de 9 años cuyo padre había abandonado la familia de un día para otro. Las expectativas de Eva acerca de Stevie se hicieron más realistas. Stevie comenzó a permitirse cometer errores sin sentir que tenía que ocultarlos ante su mamá. Continuó siendo un ser humano muy responsable, pero con responsabilidades adecuadas para su edad. La fortaleza de Eva se hizo más visible. Frecuentemente puse en duda la idea que Eva había oído en su familia extensa y en los medios de difusión populares, de que las madres solas no pueden criar niños saludables, especialmente si son varones. Trabajamos juntas durante varios meses, tiempo en el que Eva demandó a su esposo por alimentos ante el juez, y comenzó a recibir el dinero que le correspondía.

Cuando los niños guardan secretos peligrosos

Ellen Padulla tenía 27 años cuando me consultó por primera vez. "No puedo mantener las amistades, mis relaciones con los hombres nunca duran más allá de la tercera cita, duermo mal, y obviamente, usted puede ver que peso demasiado", dijo Ellen, todo de una vez, al comenzar nuestra primera reunión. A continuación, quedó en silencio. Mis preguntas, hechas con amabilidad, sólo obtenían movimientos de cabeza o de hombros como respuesta. Ellen me recordaba a muchas mujeres y algunos hombres que he conocido a través de los años: crónicamente deprimidos, tremendamente ansiosos, dañándose a sí mismos con alcohol, drogas, comida y violencia consigo mismos, y luchando por la vida con poca alegría. Pasarían once sesiones antes que Ellen pudiera tan sólo insinuar el secreto del abuso sexual que sufriera en su infancia, un secreto que nunca antes había revelado.

En años recientes se ha descubierto que una increíble cantidad de niños guardan secretos a consecuencia del miedo y la intimidación.[2] Los secretos sobre el abuso físico y sexual toman forma y se mantienen por el poder de explotación que los adultos ejercen sobre los niños. En estas circunstancias, los adultos se sienten autorizados a exigir el mantenimiento del secreto, en tanto que los niños se sienten coaccionados para guardarlo. Los padres abusadores suponen que tienen derecho a ocultar, en tanto que los niños abusados temen las consecuencias de revelar los secretos.[3] Estas consecuencias pueden incluir más castigos, violencia contra otros miembros de la familia o mascotas, destrucción del sentimiento de pertenencia personal o disolución de la familia.

Los niños muy pequeños que han sido objeto de abuso sexual absorben complicados mensajes sobre los secretos. Estos mensajes consisten habitualmente en alguna versión de: "Tienes que guardar este secreto porque eres especial para mí y, si lo cuentas, perderás esa condición". Al mismo tiempo se les dice: "Tienes que guardar este secreto porque es por tu culpa que esto está ocurriendo, y si alguien lo descubre serás castigado". Así, el secreto preserva una sensación deformada de privilegio, acompañada por una distorsionada sensación de vergüenza personal.

Mientras que la coacción y la amenaza juegan un papel crítico en el mantenimiento de secretos por parte de los niños, estos mismos niños a menudo sienten un fuerte impulso de proteger a su abusador. Amor y odio, ternura y violencia, lealtad y desconfianza, refugio y daño, pueden coexistir en la compleja mezcla. Al final de una sesión de terapia, una niñita dibujó a su padre abusador. Debajo del dibujo escribió: "Lo amo. Estoy muy enojada por lo que me hizo".[4]

He trabajado con mujeres adultas en terapia, que sufrieron abusos sexuales de pequeñas y a quienes nunca se les dijo explícitamente que guardaran este secreto; no obstante, sabían que tenían que hacerlo. Para algunas, el adulto abusador era también el único adulto que mantenía a la familia. Para otras, el padre no abusador era emocionalmente inabordable. Y para otras, el abusador era la única persona en sus vidas que les prestaba alguna atención.

"Yo sabía que estaba mal", me dijo Ellen finalmente. Su tío había comenzado a abusar de ella cuando tenía cinco años, y

continuó hasta que tuvo 11. "Mi madre estaba sentada leyendo el diario dos habitaciones de por medio. ¿Lo sabía? No puedo decirlo. Pero recuerdo haber pensado que no tenía sentido contarle. Mi padre ya nos había dejado. Creo que yo sabía que ella no podía realmente protegerme o cuidarme demasiado."

El tío de Ellen también suministraba apoyo financiero a la familia. Ellen sabía que si decía a alguien lo que estaba ocurriendo, lo que quedaba de su familia terminaría de desintegrarse.

Los niños pequeños guardan secretos peligrosos ante los padres no abusadores que vivencian como vulnerables y no fiables. Cuando es obvio que otros saben que ellos son objeto de abuso sexual o de otro tipo, y no hacen nada para ponerle fin, los niños rápidamente deducen que no tiene mucho sentido dar a conocer el secreto. Nadie los protegerá. Peor aún, podría acusárselos de estar imaginando cosas o mintiendo.

Cuando los niños pequeños revelan un secreto peligroso, necesitan conectarse con adultos dignos de confianza. El primer paso a dar consiste en detener el abuso y proveer seguridad física. Pero es sólo el comienzo de un viaje mucho más largo hacia la seguridad emocional y la confianza en las relaciones. La terapia u otro método que brinde cuidado a los niños que han revelado el secreto del incesto, debe validar la experiencia del niño y respetar sus tiempos para hablar sobre lo ocurrido. Es imprescindible para los niños saber que los adultos que les brindan protección en sus vidas les permitirán tener el espacio para explorar y expresar *todos* sus sentimientos y creencias contradictorios; de otro modo callarán y armarán nuevos secretos acerca de esas emociones que intuyen que nadie desea escuchar.[5]

Secretos, niños pequeños y divorcio

Las divisiones que la separación y el divorcio provocan en la familia son terreno propicio para los secretos, que están a ambos lados de la brecha generacional.

Cuando un matrimonio está a punto de disolverse, los padres se debaten acerca de qué contarles a los niños. En mis 25 años como terapeuta familiar, he presenciado el daño ocasionado tanto por el exceso de secretos como por la apertura indiscriminada.

Algunos padres cuentan a sus niños demasiado poco, lo que les exige a estos vivir en una atmósfera negativa y emocionalmente cargada, donde no se ha tratado abiertamente lo que está sucediendo en la familia. A menudo, estos padres no han podido admitir ante ellos mismos lo que está ocurriendo, y consecuentemente, decirlo a los niños resulta imposible. No obstante, aun los niños pequeños saben cuándo sus padres se están separando. Muchos padres han traído a sus hijos a terapia, a causa de síntomas que en realidad son una respuesta a la mistificación de la relación matrimonial de papá y mamá. Como me dijo una madre: "Nuestro hijo sólo tiene tres años, pero cuando nos peleamos, cosa que ahora ocurre todos los días, él corre a ponerse entre mi esposo y yo y grita 'basta, basta'. Nosotros le decimos que está todo bien, lo que por supuesto no es verdad. Y él entonces nos empuja uno contra el otro y nos dice : '¡Abrazaos!' Nosotros no queremos ni tocarnos, y entonces mi hijo tiene una rabieta". En las familias donde una fría distancia ha tomado el lugar del fragor de la lucha, los niños frecuentemente toman a su cargo la tarea de acercar a sus padres por medio de la mala conducta. Decir a los niños que todo está bien cuando ellos pueden ver por sí mismos que no es cierto, o negarse a contarles nada mientras la guerra doméstica estalla alrededor de ellos, todo lo que logra es angustiarlos aun más.

Otros padres cuentan demasiado a sus hijos. Les confían los problemas de la pareja, les cuentan sus planes de separarse antes de decírselo al cónyuge, se descalifican mutuamente ante los niños, y demandan lealtad unilateral. Paradójicamente, esta apertura exagerada por parte de los padres lleva a los niños a guardar más secretos sobre sus sentimientos auténticos. Como me dijo una mujer: "¿Mi secreto más antiguo? Tenía cuatro años y le dije a mi madre que odiaba a mi padre, que nos había dejado. Pero nunca lo odié; lo amaba. Ella lo odiaba, y eso era lo que ella quería oír".

Durante el proceso de separación y divorcio, los padres deben hacer equilibrios entre el secreto y la apertura, en lo que se refiere a sus hijos. Los padres que simulan buenos sentimientos entre ellos, mientras están hirviendo de furia, sólo producen confusión en sus hijos: Si mamá y papá se sienten tan bien uno con el otro, ¿por qué se separan? Los padres que utilizan a sus hijos como confidentes, contándoles cada uno de los detalles de la se-

paración y esperando que tomen partido, colocan a los niños en un compromiso de lealtad insostenible. Justamente porque ven el dolor de sus padres, necesitan que se les diga muchas veces que no es su responsabilidad aliviarlo. Necesitan información directa que ponga énfasis sobre cuál será su futuro. Necesitan saber dónde vivirá cada uno de los padres y dónde vivirán ellos. Necesitan saber cuándo estarán con cada padre. Siempre que sea posible, necesitan horarios regulares y fiables. Los cambios del presupuesto, la vivienda, las vacaciones y similares deben discutirse en términos que los niños pequeños puedan comprender. Cuando ambos padres son capaces de hablar en forma conjunta con sus niños sobre lo que está ocurriendo en la familia, disminuye la posibilidad de alianzas secretas entre un progenitor y los niños, en contra del otro progenitor.[6]

Los niños quieren saber por qué se divorcian sus padres. Se presentan muchas oportunidades para culpar al otro y autojustificarse cuando los niños piden o exigen explicaciones sobre lo ocurrido. En este momento se debe ir con pie de plomo y reflexionar sobre las consecuencias futuras para el ex cónyuge y para las relaciones progenitor-hijo. Darles la información a los niños como estrategia en las peleas entre ex parejas contribuirá a deteriorar las relaciones posteriores al divorcio.

El divorcio es un acontecimiento, pero, en primera instancia, es también un proceso. En la medida en que las relaciones familiares se desplazan y transforman, durante y después del divorcio, las decisiones acerca de qué contar a los niños cambiarán necesariamente. Dos personas que están concluyendo una relación adulta, indudablemente tienen perspectivas diferentes acerca de lo que ocurrió. Los niños muy pequeños tienen escasa o ninguna capacidad para comprender las complejidades y matices que implican un matrimonio y su disolución. Seleccionar cuál es la información que pertenece a los niños y la que pertenece sólo a los adultos es un proceso espinoso que no se deja reducir a prescripciones simples. Entre diez parejas, por ejemplo, puede ser que nueve no tengan ninguna razón para contar a sus hijos sobre la aventura extramatrimonial que desencadenó el divorcio. En una de esas diez familias, sin embargo, los niños pueden haber visto muchos indicios, y sentirse mucho más angustiados por no oír la verdad, que por recibir la confirmación de sus sospechas.

Cuando los padres son capaces de cooperar por el bienestar de sus hijos, trabajo con ellos en terapia para determinar qué información referente a las causas del divorcio debería compartirse con los hijos. Consideramos que este es un proceso que tiene lugar a través del tiempo.

- ¿Qué información necesitan conocer los niños ahora?
- ¿ Qué se puede mantener en secreto temporariamente y ser revelado en un momento posterior, cuando un niño es mayor?
- ¿Qué es lo permanentemente privado y que nunca se discutirá con los niños?

Cuando los padres pueden llegar a algunos acuerdos sobre qué y cuándo informar a sus hijos, es mucho menos probable que los empujen a tomar partido por uno de ellos en forma inadecuada y dañina. Como los niños pueden no querer que se les diga que algunas cosas les están prohibidas, se los puede ayudar a comprender la diferencia entre lo secreto y lo privado. Y una vez que un tema ha sido firmemente quitado de la discusión, la mayoría de los niños son capaces de dejárselo a los adultos con la consiguiente sensación de alivio.

Las bajas en las guerras de divorcio

Cuando entrevisté por primera vez a Jessie Bonhart, esta había comenzado a tartamudear muy recientemente. Sus padres, Paul y Sally, se habían divorciado dos años atrás. Me los habían derivado luego de que una evaluación psicológica de Jessie mostrara que se encontraba extremadamente ansiosa. Jessie vivía con su madre y permanecía con su padre fin de semana por medio. En nuestra primera entrevista, la tensión que existía entre sus padres era palpable; cada uno contradecía prácticamente todas las aseveraciones del otro. No obstante, Jessie, su única hija, parecía haberse adaptado bien; hasta que comenzó a tartamudear. ¿Qué estaba cambiando en el mundo de esta niñita?, me preguntaba.

Cuando me entrevisté por separado con Paul y Sally, me inundaron con la enorme culpa y enojo de cada uno. Los dos insistían en que ocultaban estos sentimientos ante Jessie y apoyaban la relación con el otro progenitor. "¿Ha cambiado algo recientemente?" pregunté a Paul. "Sí, supongo que sí", manifestó él. "He dejado de esconder a mi novia, Anne, ante Jessie. Sé que estuve de acuerdo en no involucrar a Anne en la vida de Jessie, cuando Sally y yo nos divorciamos; pero han pasado dos años y ahora es ridículo. Anne y yo estamos viviendo juntos, pero le he pedido a Jessie que no dijera nada a su mamá porque quería evitar una pelea."

Cuando me encontré con Sally, descubrí la otra parte de esta ecuación. Después de cada visita de fin de semana, Sally interrogaba a Jessie: "¿Qué hiciste? ¿Dónde fuiste? ¿A quién viste? ¿Quién estaba con papi?" Sally todavía se sentía herida y furiosa por el hecho de que Paul hubiera comenzado a salir con Anne durante su separación. Durante la mediación de divorcio, Sally exigió y Paul estuvo de acuerdo en que Anne permanecería fuera de la vida de Jessie. No se colocó límite de tiempo a este acuerdo, y no se estipuló ningún mecanismo de revisión del tema. Sally estaba segura de que Paul no cumpliría su palabra. En efecto, hizo de Jessie su espía. Esta niña de ocho años oía que su papá le decía: "No le cuentes a mamá", y que su mamá le decía: "Cuéntame qué está haciendo papá".

Convoqué a una reunión conjunta con Paul y Sally y les comuniqué que la tartamudez de Jessie era una perfecta metáfora de su propia experiencia. Era una niña pequeña a quien las dos personas que más amaba en el mundo le pedían simultáneamente que hablara y que no hablara. Solamente ellos la podían librar de esta atadura, llegando a un nuevo acuerdo entre ellos.

Inicialmente trabajamos juntos durante tres meses, focalizando, en principio, sobre determinadas cuestiones que habían quedado pendientes desde su divorcio, para luego focalizar sobre el momento actual, es decir, dos años después del divorcio. Ambos deseaban el bienestar de Jessie, lo que contribuyó a sacarla de aquella situación más fácilmente de lo que suele ocurrir con muchas parejas divorciadas. Paul estuvo de acuerdo en no mantener más secretos con Jessie, mientras que Sally estuvo de acuerdo en no sonsacarle información después de cada visita a su papá. Cuando pusieron esto en práctica, la tartamudez de Jessie desapareció.

También realicé algún trabajo con Sally a solas, para ayudarla a aceptar la realidad de la relación de Paul y Anne. Le pregunté qué hacía durante los fines de semana en que Jessie estaba con su papá. Principalmente, visitaba a su propia madre que, concretamente, atizaba el fuego para que Sally le hiciera un interrogatorio a Jessie. Resultó que esto era una repetición de la infancia de Sally, después del divorcio de sus padres. Trabajamos acerca de cómo hacer para apartar a su madre del tema. Sally quería que Paul pasara más tiempo con Jessie, y negociamos una visita vespertina semanal, que coincidía con un curso que Sally quería hacer. Una vez que el trabajo intensivo estuvo superado, nos encontramos cada tres meses durante dos años, con el objeto de mantener las negociaciones abiertas entre los adultos, y a Jessie fuera del ruedo.

Ocho principios para padres divorciados

- Separe sus pensamientos y sentimientos relativos a su ex cónyuge de los pensamientos y sentimientos de su hijo con respecto a su padre o su madre. Durante el divorcio, los padres a menudo sienten la amenaza de que perderán la lealtad de sus hijos y su afecto, y por eso exigen que los niños expresen solamente un punto de vista. Si usted sólo permite a su hijo que piense y sienta del modo como usted lo hace, sus ideas y emociones verdaderas se convertirán en secretos.
- Tómese tiempo para considerar qué es lo que quiere que sus hijos conozcan sobre las causas de su divorcio. La crisis aguda del divorcio a menudo promueve relatos precipitados que luego no se pueden desmentir. La vida es larga, y es posible que usted y su ex cónyuge compartan graduaciones, casamientos y fiestas de cumpleaños de los nietos.
- No mantenga en secreto ante sus hijos un matrimonio o un divorcio anterior. En algún momento lo descubrirán y experimentarán una enorme

desconfianza. Integre esta información en las conversaciones, cuando sus hijos son pequeños.

- No haga de su hijo su confidente. Encuentre a otro adulto –un buen amigo, un familiar cercano o un terapeuta– para este necesario papel. A los niños de las familias divorciadas les va mejor cuando pueden continuar siendo niños y no se convierten en los receptáculos de la angustia de sus padres.
- Ayude a sus hijos a comprender las diferencias entre privacidad y secreto, en un divorcio. Muchos temas sólo pueden ser tratados entre adultos.
- No oculte ante sus hijos los buenos tiempos que disfrutaron usted y su ex cónyuge cuando estaban casados. Las historias de muchas familias quedan sepultadas cuando un matrimonio se desintegra, dejando a los niños con una idea deformada acerca de las relaciones de los adultos. Los niños necesitan conocer la historia de amor de sus padres, si esta existió. Escuchar lo que cada padre apreció y respetó en el otro, en algún momento, ayuda a los niños a permanecer conectados con ambos padres, siempre que esto sea posible.
- No guarde en secreto ante sus hijos sus genuinas preocupaciones relativas a la seguridad. Si su ex cónyuge tiene problemas con el alcohol o las drogas, sus niños necesitan saber cómo responder.
- Establezca rituales de transición, anteriores y posteriores a la partida y regreso de los niños del hogar de uno de los padres al del otro. Cuando los padres y los niños se han separado por un día, un fin de semana, una semana o más tiempo, necesitan modos de ponerse al día mutuamente, sin violar las fronteras de la privacidad. Establezca modalidades para comunicarse lo que han estado haciendo cuando permanecieron separados. Sus niños sienten tanta curiosidad como usted de saber qué ha hecho durante ese tiempo, pero cuídese de no andar fisgoneando a su ex cónyuge.

Enfermedad en la familia

Ramona Báez, de seis años, vino para su terapia de juego semanal, que realizaba con un practicante de psicología. Como lo hacía en cada visita, la niña se dirigió inmediatamente a la caja de juguetes, sacó el estetoscopio de juguete y lo puso alrededor del cuello de su terapeuta. "Tú eres el médico", anunció Ramona con énfasis. "El bebé está muy enfermo. ¿Dónde está el remedio? El bebé empeoró." Pronto Ramona se enojó con el "doctor". Comenzó a gritar. "Usted no es un buen médico. No ayuda al niño." Y muy pronto se deshizo en lágrimas. La mamá de Ramona tiene SIDA. Supuestamente, su diagnóstico es un secreto.

Como muchas familias en las que alguien tiene una enfermedad que puede ser mortal, la familia de Ramona pensó que podía ocultar esta información ante ella. Los motivos para conservar la enfermedad en secreto eran complejos. Querían protegerla. No se sentían seguros acerca de su capacidad para guardar el secreto ante personas ajenas a la familia. Y la madre temía a las preguntas que pudiera hacer la niñita. "¿Me va a preguntar cómo lo adquirí? ¿Me va a preguntar si me voy a morir?" Esta era la aprensión de la madre.

Como los niños son generalmente los últimos en recibir la noticia de una enfermedad seria, muy a menudo lo saben mucho antes de que se les cuente. Los niños muestran este conocimiento agobiante en el juego repetitivo. La insistencia de Ramona en el "juego del doctor" aumentaba y disminuía según el estado de salud de su madre en esa semana. Otros niños pintan la información en sus dibujos. Un niñito "no sabía" que su padre tenía cáncer de médula. Cuando se le pidió que dibujara su casa, dibujó una lápida en el jardín. Cuando se le pidió que explicara, dijo: "Mi perro está muy enfermo y quizá se muera pronto". La familia no tenía perro. Al vivir diariamente con la innombrable enfermedad de un padre, un abuelo o un hermano, algunos niños experimentan dolor físico. Una niñita a quien no se le había contado que su madre tenía cáncer de pecho, visitaba todos los días la enfermería de la escuela quejándose de "dolor en el pecho". Y otros niños demuestran lo que sufren por saber aquello que se considera que no deben saber a través de accesos de enojo, a menudo con amigos o profesores. Un niño

estaba sentado en la oficina del regente, después de pegar a otro niño. Le preguntan: "¿Qué es más fácil, estar enojado o con miedo?" El niño, cuyo padre todavía no le había revelado su diagnóstico de SIDA, responde: "Enojado, por supuesto".

Cuando la enfermedad golpea, muchos padres simplemente no tienen palabras para explicar lo que está ocurriendo. Las películas en TV nos pueden presentar las enfermedades de manera cotidiana, pero se trata de la familia de otras personas. Sólo una generación atrás, los nombres de muchas enfermedades o bien no se mencionaban en voz alta, o eran mencionados en un susurro, cuando los niños no estaban presentes. Los padres de hoy deben luchar con una paradoja: los medios nos saturan con charlas sobre cáncer, cardiopatías, mal de Alzheimer, diabetes, infarto y HIV/SIDA, pero tenemos poca experiencia directa en relación a cómo hablar a los niños sobre estas enfermedades en nuestras propias familias. Nombrar una enfermedad, primero ante usted mismo y luego ante sus hijos, la hace más real.

Como con muchos secretos dolorosos, los adultos necesitan hacer su propio trabajo emocional antes de revelar a los niños secretos sobre enfermedades. Frecuentemente deben debatirse con el estigma, la vergüenza y la culpa. Y necesitan prepararse para las preguntas inquisidoras de los niños. Casi siempre, la pregunta que se oculta tras sus preguntas es: "¿Qué me ocurrirá a mí?" Cuando una enfermedad que puede ser fatal se guarda en secreto, esta pregunta crucial permanece ignorada, negada y sin abordar. En la actualidad, muchos programas que trabajan con personas con HIV/SIDA preparan a los padres para revelar el secreto de su enfermedad a los niños. Esto, por una parte, alivia el desgaste de guardar un secreto semejante y, por la otra, posibilita a los padres planificar el cuidado de sus niños cuando la enfermedad avance.

Revelar a los niños pequeños el secreto sobre una enfermedad genera otro problema: ¿Quién más puede y debe saberlo? Aun los niños pequeños a veces enfrentan el conflicto que este tema plantea. Kevin, de 7 años, le dijo a un residente de psiquiatría: "Mi madre toma AZT". "¿Qué piensas que es eso?", le preguntó el residente. El niño pensó por un momento y replicó: "Animal, zoológico, juguete". "¿Por qué lo toma?" "Tiene SIDA, pero se supone que yo no lo sé, así que no le digas a nadie", respondió el niño.

Si el conocimiento sin tapujos de una enfermedad va a amenazar el lugar de residencia, los trabajos y las amistades de una familia, o la permanencia del niño en la escuela, es evidente que los niños necesitarán ayuda para sobrellevar el peso de la privacidad. Mientras que es importante hablar acerca de lo que es necesario que permanezca dentro de la familia, los niños también necesitan un lugar seguro, tal como en la terapia o con un amigo adulto de confianza, para hablar sobre lo que les está ocurriendo a ellos y a su familia.

Los niños tienen el derecho de saber si ellos o si alguien en la familia tienen una enfermedad seria. Aquellos que tienen una enfermedad que puede ser mortal, conocen su situación. Rápidamente intuyen el significado de las hospitalizaciones, de las visitas al médico, de los medicamentos que deben tomar, y de la obvia aunque muda tristeza de los miembros de su familia. Cuando la enfermedad se guarda en secreto ante los niños, estos desconfían de los adultos en el preciso momento en que más los necesitan.[7]

Cuando los niños tienen derecho a saber

Algunos secretos no deberían guardarse nunca ante los niños. La información sobre la herencia biológica, la adopción, la concepción con participación de terceras partes y la composición de la familia, tal como la existencia de medio hermanos que viven en otro lugar, *pertenecen* a los niños. Los padres que manejan con éxito estas cuestiones reconocen que nunca se pueden tramitar en una o dos conversaciones, sino que más bien, son parte del diálogo permanente que se mantiene en la vida de la familia.

Muchos padres se dicen a sí mismos que cuando su hijo llegue a determinada edad, le revelarán un secreto sobre adopción o paternidad, y luego comprueban que esta edad llega y pasa sin que se produzca el proyectado sinceramiento. A medida que se hace más difícil contar el secreto, este se va haciendo más grande. Si, por otra parte, a una niña se le comunica que es adoptada desde el momento mismo en que comienza a vivir con sus nuevos padres, nunca habrá motivo para luchar por revelar este secreto en particular. No existirá una época en

que ella no conocía el secreto. El tema nunca será tabú. La información específica –los hechos de su adopción y los complejos pensamientos y sentimientos de todos los que estuvieron involucrados–, puede ser tratada como parte de la conversación que se mantiene en la familia, adaptada a la madurez del niño en cada momento.[8]

Decidir ocultar, decidir revelar

Ser padre de niños pequeños está lleno de complicadas elecciones acerca de qué ocultar y qué revelar. Conocer nuestras propias motivaciones y tomar decisiones a veces es una tarea difícil.

- ¿Cuándo está protegiendo a sus niños de algo que no pueden manejar?
- ¿Cuándo se está protegiendo a usted mismo de las preguntas agudas e incómodas de los niños?
- ¿La revelación de un secreto está motivada más por su necesidad de contarlo que por la necesidad de sus hijos de escucharlo?
- ¿Está revelando un secreto para que su hijo cuide de usted? Los niños a menudo piensan que es su responsabilidad arreglar el contenido de los secretos nocivos. Necesitan que se los reafirme en la convicción de que independientemente del tema y sus ramificaciones, no es su culpa, ni su tarea resolverlo.
- ¿Revelar un secreto fuera de su familia, pone a esta en peligro? Si ese es el caso, no se deben contar detalles a los niños muy pequeños, que aún no han desarrollado la capacidad de entender la privacidad familiar, las fronteras o la diferencia entre el adentro y el afuera de la familia. Pedir a un niño que comienza a caminar, o a uno de jardín de infantes, que no cuente un secreto fuera de la casa, es pedirle algo que no puede comprender. Al mismo tiempo, debido a que los niños,

aun los muy pequeños, absorben la angustia familiar que es obvia y se sienten muy desorientados cuando esta es negada, debe encontrar los modos de reconocer la tristeza o el enojo, y, paralelamente, hacer que los niños estén seguros de que usted podrá manejarlas.

- ¿Los temas que lo preocupan son estrictamente cuestiones de adultos? Si es así, usted necesita revelar el secreto a otro adulto (su cónyuge, un buen amigo, un terapeuta) y resolver su propia angustia. Nuestros niños nos observan atentamente. Cuando nos ven hacernos cargo de las situaciones, ellos vuelven a su propia vida.

La revelación de secretos a los niños requiere un repertorio de habilidades y estrategias. Libros de cuentos, fotografías, películas o actividades conjuntas pueden proveer un marco natural. Es vital que la revelación sea gradual, planeada y que tenga lugar cuando se dispone de tiempo. Pasar de lo que está oculto a lo que se comparte abiertamente a menudo toma muchas conversaciones.

Los niños no escuchan del modo como lo hacen los adultos. Con frecuencia, los padres me han dicho que determinada información delicada, que estaban guardando en secreto, parecía no importar a su hijo. "Le dije que su padre y yo nos estábamos separando, y él, simplemente, salió a jugar", se lamentaba una madre. Cada niño toma la información nueva y potencialmente cargada de un modo único y particular. Las preguntas, a menudo, aparecen después, desconectadas de la comunicación inicial.

Los niños están constantemente creciendo y cambiando. La decisión de guardar un secreto ante los niños pequeños nunca es definitiva. Y el acto de revelar un secreto ante los niños es sólo el primer acto. Como veremos en el capítulo siguiente, la ocultación y la revelación de información reaparecen en formas nuevas y desafiantes y con nuevas oportunidades para el cambio de la relación cuando los niños se convierten en adolescentes.

Notas

1. Véase A. C. Bernstein, *Flight of the Stork: What Children Think (and When) about Sex and Family Building.* Indianápolis, Perspectives Press, 1994, para algunos ejemplos excelentes de cómo los niños pequeños dan sentido a la información sobre sexo y reproducción. El trabajo de Bernstein ayuda a los padres a comprender el proceso cognitivo y emocional de los niños muy pequeños sin caer en una simplificación grosera.

2. De acuerdo con un cuidadoso estudio, el 16% de las mujeres han sido objeto de abuso sexual por parte de un pariente antes de los 18 años, y el 4,5% por sus propios padres. Véase D. E. Russell, *The Secret Trauma: Incest in the Lives of Girls and Women.* Nueva York, Basic Books, 1986.

3. Véase D. Miller, *Women Who Hurt Themselves: A Book of Hope and Understanding.* Nueva York, Basic Books, 1994, para un completo análisis sobre los efectos deletéreos del mantenimiento de secretos en los niños, cuando han sido objeto de abuso sexual por parte de los padres o de otras personas a cargo de su cuidado.

4. M. Sheinberg, F. True y P. Fraenkel, "Treating the Sexually Abused Child: A Recursive, Multimodal Program", *Family Process* 33, nº 3, 1994, p. 265.

5. El trabajo de Marcia Sheinberg, licenciada en Trabajo Social, y sus colegas, en el programa "Making Families Safe for Children", subvencionado por el Instituto Ackerman en la ciudad de Nueva York, presta especial atención a las necesidades de los niños objeto de abuso sexual, para que tomen conciencia de su propio poder y sus propios medios, luego de que el abuso sexual ha sido descubierto. Con un modelo terapéutico que utiliza terapia individual, grupal y familiar, el programa se ocupa de ayudar a los niños a decidir con quiénes quieren hablar sobre el abuso. Véase Sheinberg, True y Fraenkel, "Treating the Sexually Abused Child: A Recursive, Multimodal Program".

6. Véase C. Ahrons, *The Good Divorce: Keeping Your Family Together When Your Marriage Comes Apart.* Nueva York, HarperCollins, 1994, para un excelente libro de difusión masiva, basado en la investigación, que aborda el tema de las necesidades de los niños, según su edad, en las familias divorciadas.

7. Véase M. Tasker, *How Can I Tell You: Secrecy and Disclosure with Children When a Family Member Has AIDS.* Bethesda, MD, Asociación para el Cuidado de la Salud de los Niños, 1992, un completo ensayo que se ocupa de temas relacionados con la revelación a los niños de la existencia del HIV/SIDA en la familia. El libro contiene numerosas historias conmovedoras y valientes, e incluye transcripciones de conversaciones.

8. Véase L. R. Melina, *Making Sense of Adoption: A Parent's Guide.* Nueva York, Harper and Row, 1989, para hallar muchas y refinadas estrategias y actividades que los padres pueden implementar para que la adopción y la concepción con intervención de terceras partes sean temas abiertos para los niños.

10
Investigaciones privadas: secretos entre adolescentes y padres

> La adolescencia es un período de... reflexiones psicológicas, reflexiones que rara vez se hacen públicas o son publicitadas. Los resultados de estas exploraciones del adolescente con el pensamiento, así como las exploraciones mismas, típicamente permanecen en secreto. Todo esto implica una gran cantidad de trabajo, una época difícil, un alma que aparenta estar totalmente preocupada por sí misma... Es así como, guardando secretos, el adolescente aprende mucho sobre la estructura del lenguaje, del pensamiento y de la acción, casi como un subproducto de su experimentación con el pensamiento y exploración psicológica.
>
> THOMAS J. COTTLE

La niña que no podía guardar secretos

Andrea se sentó sobre sus piernas en el diván de mi consultorio; aparentaba mucho menos de los 16 años que tenía. Su madre, Rachel, exhausta, se acomodó a corta distancia de Andrea.

Su proximidad contradecía la tensión y el enojo evidente entre ellas. Con lágrimas en los ojos, Rachel se lamentó: "Lo hizo nuevamente. Vino a casa oliendo a cerveza, y en un coche conducido por uno de sus amigos, a pesar de que le he dicho una y otra vez que me llamara para ir a buscarla. ¿Cuántas veces vamos a tener que pasar por esto? Yo realmente quiero darme por vencida". Mirando hacia otro lado, Andrea murmuró: "¿Por

qué tienes que saber todo lo que hago? No puedo guardarme siquiera un pensamiento para mí".

Conocía a Andrea y a su madre, figura parental única, desde hacía unos meses. Cada sesión parecía llamativamente similar. Andrea hacía algo para transgredir las reglas, y su madre se sentía intensamente enojada, herida y defraudada. Una semana era violar el horario convenido de regreso a casa, a la siguiente, faltar a una clase; en la que seguía, beber, y en la otra, dejar folletos sobre control de la natalidad en un lugar donde su madre los encontrara. En lo que parecía una torpe provocación, Andrea hablaba por teléfono con sus amigos en voz lo suficientemente alta como para que su madre escuchara cada uno de sus planes. A menudo dejaba abierto su diario, expuesto al ojo atento de su madre.

La mayor parte de lo que ocurría entre Andrea y su madre tenía el aspecto, a primera vista, de las banales escaramuzas comunes entre padres y adolescentes. Pero estos encontronazos diferían de los usuales. Andrea parecía decidida a informar a su madre de cada aspecto de su vida, acusándola, al mismo tiempo, de ser intrusiva. Carecía de la más mínima capacidad para la consabida picardía adolescente. Cuando ponía a prueba algún límite, resultaba incapaz de ocultar el hecho ante su madre por más de treinta segundos. A su vez, Rachel respondía ante los mínimos pasos de Andrea en pos de su autonomía, tales como ir de compras sin avisarle, con un miedo sobredimensionado, agitación y desesperación. ¿Qué ocurría aquí?

Dado que Rachel reconocía que Andrea tenía un hermoso grupo de amigos, le pedí a esta que comparara lo que sabía su madre sobre su vida, sus pensamientos más íntimos, sus acciones diarias, con lo que sabían los padres de sus amigos sobre estos.

"¿Estás bromeando? Mis amigos siempre me dicen que le cuento demasiado a mi madre. Ellos guardan secretos ante sus padres y nadie se espanta. Cada vez que trato de ocultar algo ante mi madre comienzo a sentirme tan mal que *tengo* que decirle. Creo que significa que estamos muy cerca una de la otra; pero de vez en cuando me gustaría no estar tan cerca."

Rachel respondió que había momentos en que deseaba saber un poco menos acerca de lo que hacía su hija, que su propia vida sería un poco más tranquila; pero que cada vez que trataba de dar un paso al costado, Andrea se las arreglaba para hacerle

saber sobre una escapada reciente o a punto de ocurrir. También concedía que si no sabía lo que Andrea estaba haciendo o pensando, se sentía terriblemente ansiosa. Cuando traté de sugerir que podría haber otros modos para que una madre y una hija estuvieran próximas, Rachel, con rapidez y ansiedad, cambió de tema y una vez más comenzó a regañar a Andrea.

Yo intercalé: "La mayoría de los adolescentes que conozco se las arreglan para guardar ciertas cosas para sí mismos, para tener algunos 'secretos placenteros'. Es un modo de comenzar a separarte un poco de tu familia, como un ensayo general para cuando llegues a ser adulta". Luego me pregunté en voz alta: "¿De dónde vendrá la idea en esta familia de que una persona de 16 años debe contar todo a su madre?".

El clima en la habitación cambió inmediatamente y en forma contundente. Rachel comenzó a llorar. En lugar de las lágrimas de frustración que estaba acostumbrada a ver en ella, sentí que esta vez me hallaba en presencia de una profunda pena. Andrea se movió con presteza para confortar a su madre, pero yo la detuve gentilmente. "Dale a tu madre un poco de espacio", le dije. Después de varios minutos Rachel comenzó a hablar.

"Me crié oyendo: 'Nos tienes que contar todo. Por favor, no guardes ningún secreto ante nosotros. Si hubiéramos sabido dónde estaba Anna ese día, se hubiera venido con nosotros; no contarnos es lo que mató a tu tía Anna. No tuvimos opción, tuvimos que partir'. Mis padres son sobrevivientes del Holocausto. Escaparon y se escondieron mientras la Gestapo hacía redadas. Mi tía Anna, la hermana mayor de mi mamá, era en ese momento una adolescente rebelde. Luchaban con ella todo el tiempo, pero siempre guardaba en secreto adónde iba y con quién estaba. Ese último día tuvieron que partir sin ella, pues no sabían dónde estaba. Nadie volvió a verla. Andrea lleva su nombre. Mi madre dice que se parecen mucho, pero yo le digo todo el tiempo que no se preocupe, que Andrea me cuenta todo."

Mientras su madre hablaba, Andrea se mostró sorprendida y conmovida. "Nunca supe sobre mi tía Anna. ¿Por qué no me lo dijisteis?" Escuchando todas las historias de la familia durante años, sobre las experiencias de sus abuelos como sobrevivientes del Holocausto, Andrea había supuesto que toda la familia había escapado. Tras la regla de "sin secretos" se escondía un secreto que había permanecido sepultado en la culpa y

la angustia durante 35 años y ahora salía a la luz. Como sucede a menudo, era un secreto alojado tanto en la historia de una cultura como en las experiencias específicas de una familia.

Rachel explicó que había crecido oyendo tantas cosas sobre la tía Anna y sintiéndose tan atemorizada por las historias, que se propuso no contárselas a Andrea. Le hizo prometer a su madre que guardaría silencio, convenciéndola de que Andrea tendría menos probabilidad de seguir los pasos de Anna si no sabía nada sobre esta. En vez de eso, Andrea creció en un medio impregnado por la exigencia de "contar todo", cargada de temor y de misterio, que le había estado interrumpiendo los pasos normales hacia el desarrollo de una identidad autónoma.

La adolescencia, en Estados Unidos, es una época de la vida típicamente marcada por los pasos tentativos para tomar distancia de la familia. En muchas otras culturas la transición de la niñez a la adolescencia y la juventud está facilitada por rituales. Muy a menudo estos rituales incluyen actos culturalmente acordados de mantenimiento de un secreto, en los cuales el joven es llevado por un tiempo a un lugar remoto, donde se le imparten conocimientos secretos de la vida adulta. Está prohibido compartir ese conocimiento con los niños pequeños. Los secretos esenciales están imbricados en los ciclos vitales. Si bien nuestra cultura carece de estos ritos de pasaje, el guardar secretos es todavía crucial para el desarrollo adolescente. Mientras los adolescentes experimentan con la conducta que se guarda en secreto ante los padres, se crean nuevas fronteras entre los miembros de la familia, simultáneamente con el surgimiento de un sentido de identidad en el adolescente.

Al no ser capaz de crear y guardar secretos, como hacen todos los adolescentes, Andrea permanecía fusionada con su madre, encerrada en una relación que impedía la separación o aun la distancia temporaria. Aprender a confiar en alguna persona ajena a la familia estaba prohibido por el edicto no promulgado de no tener secretos. Un elemento crítico de una lograda vida adolescente –practicar la autonomía contando con una red de seguridad– no era posible. En una familia donde los secretos cargaban con los significados de desaparición y muerte, Rachel guardaba un secreto central ante su hija, en un equivocado intento de protegerla. Tales son las paradojas de los secretos.

¿Secretos esenciales o secretos peligrosos?

El paisaje que habitan los adolescentes de la década de los 90 para crear secretos es muy diferente del de sus padres o abuelos. Los secretos esenciales de los adolescentes de una generación o dos atrás. tales como fumar y luego ventilar frenéticamente la casa antes de que los padres regresaran al hogar, o probar un trago de alcohol y llenar luego la botella con agua, parecen ahora antigüedades pintorescas, en una era en que se informa que el 50% del total de estudiantes de la escuela secundaria se emborracha, por lo menos, cada dos semanas. Y los hijos de la posguerra, que conmocionaron a sus propios padres al fumar marihuana y al tener sexo "libre", ahora deben luchar con sus adolescentes que adoptan el mismo comportamiento, pero con consecuencias mucho más peligrosas. En una época de enfermedades de transmisión sexual y drogas cada vez más tóxicas, algunos secretos que guardan los adolescentes pueden ser, de hecho, letales.

Los padres con los que hablo a menudo están confundidos acerca de cuánta privacidad sus adolescentes pueden disfrutar dentro de un marco de seguridad, y temerosos con respecto al significado de los secretos en la vida de sus hijos. Su desconcierto, a menudo, se manifiesta en la forma de una sorprendente oscilación entre la intrusión innecesaria en algunas áreas de la vida de sus adolescentes, tales como sus preferencias con respecto a las ropas o al corte de pelo, y la falta de compromiso en áreas críticas que necesitan de la intervención de los padres, tales como la educación sexual, el control de la natalidad y el consumo de alcohol y drogas.

La línea que separa a los secretos esenciales de los secretos peligrosos se ha hecho excesivamente delgada, en una época en la que muchos adolescentes guardan ante sus padres secretos físicamente letales o emocionalmente dañinos, tales como el abuso severo de alcohol y drogas, las citas que concluyen en violación, los intentos de suicidio y los ataques violentos de parte de sus pares o de extraños. De acuerdo con las estimaciones de la policía, el sesenta por ciento de los adolescentes no les cuentan a sus padres cuando son asaltados en las calles de la ciudad o en los paseos de compras suburbanos. Estos no son el tipo de secretos que podrán ser contados como bromas dentro de 20 años alrededor de la mesa del comedor.

Simultáneamente, los padres se han vuelto más temerosos de preguntar a sus adolescentes qué está sucediendo en áreas

donde puede ser extremadamente peligroso mantener silencio. La distorsión de la necesidad normal de secreto en la adolescencia, en una cultura donde los vínculos entre padres y adolescentes están a menudo dañados, da por resultado un modelo de mutua distancia y falta de conversación sobre temas que requieren mayor apertura.

Desarrollar una posición concienzuda y creativa y una gama de respuestas pertinentes para los adolescentes y sus secretos, implica al presente una compleja mezcla de elementos. El aspecto económico y social de una familia dada, los valores y creencias enraizados en el grupo étnico, la clase social y la historia específica, y la biografía de cada progenitor como adolescente que guardó secretos, se entrelazan para dar forma a los comportamientos de padres e hijos.

Secretos de adolescentes: ayer y hoy

Tómese un momento para reflexionar sobre su propia adolescencia:

- **De adolescente, ¿era capaz de guardar secretos** ante sus padres?
- ¿Qué secretos eran los que guardaba?
- ¿Cómo reaccionaban sus padres si descubrían uno de sus secretos?
- ¿Había diferencias en los tipos de secretos que guardaba ante su madre y los que guardaba ante su padre? ¿Cuál era la causa de esta diferencia?
- ¿Cómo era la relación con su confidente más íntimo?
- ¿Guardaba secretos con o ante sus hermanos?
- ¿Cómo compararía los secretos que usted guardaba ante sus padres con los que imagina que sus adolescentes guardan ante usted?
- ¿Cómo compararía los secretos que sus padres guardaban ante usted con los que usted guarda ahora ante sus hijos adolescentes?

Cargas secretas: el alto precio de la lealtad

Gregory Richards tenía 15 años cuando su padre perdió el prestigioso trabajo que tenía como ejecutivo de un banco debido a sus crecientes problemas con el alcochol. Aunque Gregory sabía que su padre tomaba, la pérdida del trabajo fue inicialmente guardada en secreto ante él. Terriblemente avergonzado y humillado por su repentina pérdida de estatus e ingreso, el señor Richards le rogó a su esposa que no contara a los niños ni a nadie más que había sido despedido y que ahora estaba manejando un taxi. Cada mañana, el señor Richards se atildaba para el mundo empresarial y salía de su casa como si fuera a su oficina. En vez de esto, manejaba hasta la compañía de taxis, donde se cambiaba el saco y la corbata, y pasaba el día manejando un taxi. Gregory percibía una enorme tensión entre sus padres, pero tenía miedo de preguntar qué estaba pasando; hasta que un día descubrió a su padre sentado al volante del taxi. Con desolación, encaró a su madre para informarse. Esta le contó sobre la pérdida del trabajo de su padre, pero, como ya era costumbre en esta familia, no comentó el problema de la bebida. Al percibir la enorme vergüenza de su madre, Gregory no preguntó acerca del impacto financiero que esto tenía sobre la familia, ni la presionó para que diera más detalles.

Ahora él estaba incluido en el secreto, y sus padres le ordenaron que no se lo contara a sus hermanos menores, ni a los amigos, ni al resto de la familia extensa. Cuando Gregory aprendió la lección de que la lealtad con la familia requería duplicidad y traición, su propia conducta comenzó a deteriorarse.

Los extremos que la simulación requería se pusieron de manifiesto una noche en que Gregory había salido con sus amigos al centro de la ciudad. Pararon un taxi que resultó estar conducido por su padre. Este simuló no conocer a su hijo y le hizo una seña para que respondiera de modo similar. A continuación de este incidente absurdo, Gregory comenzó a faltar a sus clases y a menospreciar a su padre verbalmente, llamándolo mentiroso y cobarde. Estos insultos pronto desembocaron en agresiones físicas entre Gregory y su padre. Mientras tanto, Gregory mantenía el secreto, y la atención de la familia estaba desviada de los temas esenciales (el alcoholismo del señor Richards, las finanzas y los problemas de desempleo), para focalizarse sobre lo que llamaban las "violentas explosiones de Gregory".[1]

Los adolescentes son totalmente capaces de comprender los límites y la necesidad, a veces, de la presencia de secretos que mantienen la privacidad o protegen a la familia de intrusiones indeseadas. Pero a ningún adolescente se le debería pedir que guardara secretos que requieren el engaño y la evasión diarias, o que aíslan al niño de uno de sus padres, de los hermanos, de la familia extensa o de los amigos. Cuando se le pide a un adolescente que sacrifique su propio desarrollo y que dedique una gran cantidad de energía, que debería aplicar a la amistad, al trabajo escolar y a sus actividades para mantener el secreto de la familia, el pedido del adulto es excesivo.

Algunas veces, un padre hace del adolescente su confidente. Le cuenta secretos cargados emocionalmente que sobrepasan la capacidad del adolescente para manejarlos. Son particularmente nocivos los secretos que un progenitor cuenta al adolescente y que deben ser ocultados ante el otro progenitor. Los secretos que demandan a los adolescentes que traicionen a algunos miembros de la familia, con el objeto de permanecer leales a otros, distorsionan el significado de la confianza en las relaciones. "¿Cómo puedo ser a la vez fiable y no fiable ante las personas que se supone que son las más importantes para mí?", se pregunta el adolescente. Si mantengo la aventura de papá en secreto, ¿qué dice esto acerca de mi relación con mamá? Si le cuento a mamá, ¿qué ocurre con mi relación con papá?" Algunos adolescentes eligen una tercera salida: despliegan una conducta que señala el contenido del secreto pero de una manera ambigua.

Sara Morrison, de 17 años, era una estudiante modelo, vicepresidente de su clase, y con las mejores perspectivas para la universidad, hasta que su padre le confió que tenía una aventura, pero que no debía contárselo a su madre. No sólo le relató a su hija detalles del romance, sino que se quejó amargamente de su matrimonio y de la limitada vida sexual con la madre de Sara. También indicó que esta era una de las tantas aventuras que había guardado en secreto ante la madre de Sara a través de los años.

En breve, los logros académicos de Sara se desplomaron. Rompió con su novio estable y comenzó a salir hasta muy tarde y a pasar tiempo con muchachos que habían abandonado la escuela. Provocativamente, hizo saber a ambos padres que no

sólo era sexualmente activa, sino que se acostaba con diferentes muchachos. En un descaminado intento de comunicar a su madre el secreto de su padre, sin romper la palabra que había dado a este, Sara sacrificó su propio bienestar.

Crear un secreto con mamá o papá

Como hemos visto, cuando un progenitor comienza el proceso de crear un secreto, el resultado para el adolescente puede ser el sometimiento a un lazo terrible de lealtad. ¿Pero qué ocurre cuando un niño se acerca a la madre con un secreto y le dice: "Por favor, no le cuentes a papá".

Aquí, como de costumbre, no hay una única respuesta correcta. El contenido específico del secreto, los modelos de comportamiento familiar a través del tiempo, la propia experiencia de los padres como adolescentes que tenían sus secretos, y el efecto sobre las relaciones cotidianas de la familia y el bienestar individual, son elementos que deben ser evaluados al analizar cada compromiso de guardar un secreto. Por ejemplo, si una madre guarda un secreto sobre el aborto de su hija, ¿cómo afectará esto la relación con su esposo? ¿Cómo afectará la relación del padre con su hija? ¿Cómo será de allí en más la relación de la madre con su hija? En una familia, la negativa de la madre a guardar este secreto pone a la hija en riesgo de ser golpeada por el padre. En otra familia, acceder a guardar este secreto priva a la hija de la contención del padre. Suponga que un hijo le dice a su padre que todos sus amigos beben en las fiestas, pero agrega: "No le cuentes a mamá, porque sabemos cómo se pone". ¿Existe en esta familia un modelo de larga data de ocultamiento de la información crítica ante la madre? ¿Está la madre rotulada como "la histérica" cuando, de hecho, responde con tal vehemencia precisamente porque se la deja fuera del circuito de información? ¿O el hijo está pidiendo sólo un apoyo temporario, mientras ensaya un modo de salir del problema?

Algunas veces un adolescente le hace a uno de los padres una importante confidencia sin pedir que el otro no se entere. Aquí el progenitor debe pensar cuidadosamente antes de sugerir o de insistir en guardar esa información en secreto. ¿Qué mensajes acerca de la vergüenza y de la sexualidad de una

mujer joven se emiten cuando una madre le dice a su hija de 18 años que su padre no debe saber que ella es sexualmente activa porque "le rompería el corazón"? ¿Qué presión ejerce un padre sobre su hijo si le dice que su baja calificación en el SAT (examen de aptitud escolar cuyo resultado toman en consideración las universidades al analizar las solicitudes de ingreso) debe ser mantenida en secreto ante su madre, mientras se presenta nuevamente al examen?

Una vez que un progenitor promete a un adolescente guardar un secreto, es crucial que mantenga su palabra o que renegocie directamente con el joven. Violar la confianza de un adolescente emite el fuerte mensaje de que no se puede confiar en un padre, precisamente en un momento en que la confianza y la seguridad de contar con el otro en una relación son tan necesarias. Muchas veces, el quebrantar una promesa va acompañado de la creación de un nuevo secreto: el de que la promesa ha sido quebrada. Lo que esto genera en última instancia es un entorpeciemiento de las relaciones familiares. Cuando Ellen Downey, de 14 años, fue descubierta hurtando objetos en un negocio con sus amigas, le rogó a su madre que no se lo contara al padre. Lo adoraba y temía tanto enojarlo como defraudarlo. A las pocas horas la madre se lo contó al padre y le hizo prometer que no le diría a Ellen que lo sabía. En este nudo de silencio, cada vez más ajustado, era imposible dar una respuesta adecuada a las raterías de Ellen.

Crear o no crear un secreto

El pedido de guardar un secreto, por parte de su hijo adolescente requiere una cuidadosa reflexión.

- ¿Guardar este secreto hace correr algún peligro a mi hijo? Secretos tales como la bulimia, el consumo de drogas, o las ideas de suicidio son secretos que usted no puede prometer que guardará sin arriesgar la seguridad de su hijo y sin privarse, usted y su familia de la posibilidad de recibir ayuda.
- ¿Guardar este secreto refuerza modelos de relación familiar que son problemáticos e ineficaces?

Por ejemplo, si entre el padre y la hija habitualmente mantienen a la esposa al margen de una información crucial, cualquier secreto entre los primeros puede resultar, simplemente, otra versión de este triángulo.

- Recuerde cuando usted era adolescente. ¿Cuáles eran las respuestas de sus padres cuando compartía sus secretos? ¿Quiere actuar de forma similar o diferente?
- Piense hacia el futuro. ¿Cuál será el efecto que tendrá este secreto sobre las diversas relaciones de la familia, con el correr del tiempo?
- ¿Es este un secreto temporario que le puede permitir ayudar a su hijo adolescente a encontrar alguna respuesta a un tema que lo preocupa en una atmósfera de seguridad? Por ejemplo, muchos adolescentes quieren compartir secretos relacionados con el despertar de su sexualidad. Cuando un padre puede recibir esta información **con calma y guardar temporariamente el secreto**, se puede crear una atmósfera de atentos cuestionamientos y de apoyo.

"No te incumbe": los adolescentes y la privacidad

"Me está volviendo loca. Me lee la correspondencia, quiere saber dónde he estado, pregunta por cada detalle de mis citas, escucha mis llamados telefónicos." Esta letanía de quejas no provenía de una niña de 16 años, como podría suponerse, sino de su madre soltera. Karen Bolling, hija única, había vivido sola con su madre, Ellen, durante 15 años. En muchos sentidos, vivieron más como hermanas que como madre e hija. Karen tenía la idea equivocada de que todos los aspectos de la vida de su madre eran de su incumbencia.

En nuestra cultura, la adolescencia es una época durante la cual se amplía el territorio de la privacidad personal. Las parti-

cularidades de esta expansión varían de familia en familia, a menudo en relación con sus antecedentes étnicos, la clase social a la que pertenece, y sus creencias específicas sobre la privacidad. Las familias de clase media alta, generalmente pueden permitirse que su hijo o hija adolescente tenga su propia habitación. En familias de menores recursos, la privacidad puede ser definida por una cómoda, uno de sus cajones, o una caja de zapatos llena de información confidencial. La escritura de un diario es, a menudo, el símbolo central de la privacidad adolescente, a medida que estos comienzan a tener pensamientos que quieren guardar totalmente para sí mismos. En mi experiencia, pocas acciones llevadas a cabo por los padres producen más sobresalto a los adolescentes que la lectura de su diario, realizada sin permiso.

Muchos padres se ponen ansiosos a medida que su hijo adolescente va ampliando el ámbito de su privacidad. "¿Qué está escondiendo?", se preguntan. Es importante hablar sobre la privacidad y llegar a algunos acuerdos sobre lo que un adolescente puede contar con mantener como territorio privado. Por ejemplo: ¿los dormitorios son zonas prohibidas para los padres?; ¿qué se decide acerca de abrir cajones cerrados o armarios?; ¿y acerca de diarios, cartas de amigos, llamadas telefónicas? De modo similar, resulta de ayuda si los padres tienen en claro qué consideran privado en su propia vida. Muchos adolescentes tienen la idea de que a medida que aumentan sus derechos de privacidad, disminuyen los de sus padres, y que parte del crecimiento consiste en saber todo acerca de lo que ocurre en la vida de los adultos.

Cuando trabajo con los padres y sus hijos adolescentes, con frecuencia oigo discusiones apasionadas, centradas en cuál es el límite entre la privacidad y lo secreto. La exclamación furiosa de un joven de 15 años: "¿Cómo te atreves a revisar mis cajones?", encuentra como respuesta una igualmente furiosa respuesta parental: "Esta es mi casa y voy a mirar en todos los lugares que quiera". Después de calmar los ánimos, trato de aclarar un poco las importantes diferencias entre secreto y privacidad, recordando a los adolescentes y a sus padres que las cuestiones verdaderamente privadas, de ambos lados de la divisoria generacional, ni bloquean el acceso al conocimiento necesario para vivir la propia vida, ni plantean amenazas a la seguridad.

Los secretos que guardan los adolescentes que sus padres deben conocer son los que implican peligro potencial. Los gritos de: "Esto no te incumbe" no deberían permitirse cuando apartan a los padres de secretos sobre abuso de drogas y alcohol, violencia, victimización, o pensamientos o planes suicidas. Y si bien el miedo rápidamente se convierte en culpa y acusaciones, los adolescentes están mucho más dispuestos a oír a sus padres si la atmósfera está marcada por un interés genuino en lo que les está sucediendo.

Los adolescentes a veces me preguntan: "¿Por qué debo contar a mis padres cosas acerca de mi vida? Ellos guardan en secreto cosas que les están pasando". Así como un padre necesita saber si su hijo adolescente está manteniendo un secreto peligroso ante él, un adolescente necesita conocer el contenido de los secretos que directamente afectan su vida. Las luchas normales de la adolescencia pueden encontrar un modo de expresión a través de los más recónditos tabúes familiares. Por ejemplo, en una investigación llevada a cabo con adolescentes latinas que habían intentado suicidarse, su propias madres también lo habían intentado en su adolescencia, y habían guardado en secreto ante sus hijas.[2] En estas familias, la aparición de síntomas psicológicos y de conducta en un adolescente apunta hacia los secretos centrales de la familia al tiempo que distraen la atención de ellos.

Cuando los secretos que se guardan ante los adolescentes ocasionan peligro

La adolescencia es una época en la vida de la familia en que los padres necesitan volver a considerar y negociar los secretos que mantuvieron ante los hijos cuando estos eran más pequeños. La mayoría de los padres guarda en secreto ante sus hijos los sucesos vergonzosos del pasado familiar. Es cierto que no se espera que los niños pequeños tengan que vérselas con historias de suicidio, asesinato o abuso severo, ocurridas en el pasado de sus propias familias. Pueden reaccionar con terror o con la actitud pseudomadura de hacerse cargo de sus padres. Pero los adolescentes necesitan un inventario ampliado de las historias de la familia, con el objeto de formar su propia iden-

tidad en desarrollo. Cuando estas historias no pueden incorporarse a la trama de la vida de la familia y, por el contrario, permanecen en secreto, adquieren un poder desproporcionado con respecto a la historia familiar. Paradójicamente, el secreto familiar peligroso que se *oculta* ante un adolescente y no se ventila para ser examinado, es el secreto que más probablemente se repetirá en la vida del adolescente.

La madre de Cora Jankowski me telefoneó llorando, muy angustiada. "Mi hija se ha ido. Esta es la tercera vez. Su padre quiere llamar a la policía; no sé qué hacer". Cuando me senté, más tarde, con los padres de Cora, oí los detalles de sus fugas anteriores. A diferencia de otros adolescentes que van a lo de sus amigos o parientes, Cora, cada vez que huía, se ponía en peligro. La primera vez, fue encontrada por la policía después de que su nuevo novio le hubo pegado. Durante el episodio más reciente, había terminado en un refugio para personas sin hogar. ¿Qué podría estar pasando en esta familia de clase media, aparentemente sólida, para provocar esta conducta desesperada?

Mientras escuchaba, percibí un enojo lleno de amargura y una profunda división entre los padres, que iba mucho más allá del problema con Cora que estaban tratando. "Me fui el año pasado por un corto tiempo", me confió la madre de Cora, "pero les dijimos a los niños que me había ido de viaje. Necesitaba tomarme un tiempo fuera de casa para pensar. Cora me preguntó si era una separación, pero le dije que no". Los padres estaban al borde de otra separación cuando Cora comenzó con sus escapadas.

Sentí curiosidad por la forma en que esta familia utilizaba la distancia para resolver los problemas. ¿Cora estaba simplemente adoptando una táctica de la familia? "Esta parece una familia donde la gente 'huye' ¿Quién más ha huido?" El señor Jankowski pareció sorprendido y se rió con incomodidad. Y así fue como surgieron una historia tras otra, de miembros de ambas familias extensas que habían huido. A menudo, estos dejaban de hablarse por años. El padre de la señora Jankowski huyó de la armada en Polonia y vino a los Estados Unidos. De adultos, hermanas y hermanos pusieron entre ellos la mayor distancia geográfica y emocional posible. Los parientes nunca se reunían para las fiestas y no se brindaban ninguna ayuda.

"¿Cuánto sabe Cora sobre estas historias?", pregunté. El señor Jankowski refirió que como nunca veían a los miembros de su familia extensa, tampoco hablaban sobre ellos. No habían contado a Cora ni a sus otros cuatro hijos ninguna de estas historias. La historia de la familia era por sí misma un tema tabú. Esta familia vivía en un constante estado de "fuga".

Nos reunimos durante dos horas y media esa tarde y comenzamos a descubrir lo que había quedado oculto en la familia durante tanto tiempo. Hacia el final de esta primera reunión, el enojo y la frustración de ambos padres con su hija comenzó a suavizarse. El señor Jankowski acotó: "Cuando reflexiono sobre lo que ocurrió en las familias de ambos, las fugas de Cora tienen otro significado. Ha sido nuestra única estrategia para arreglarnos en tiempos difíciles; supongo que ella lo sabía de alguna manera, aun cuando nunca se lo dijimos". Cuando vi al señor y la señora Jankowski dos días más tarde, me dijeron que Cora había comenzado a llamarlos por teléfono. Les pedí que durante la próxima llamada le dijeran que ella no era el único miembro de la familia que había huido; que era, verdaderamente, un "rasgo de familia". Después de su siguiente conversación, Cora dijo que se reuniría con ellos en mi consultorio para arreglar el regreso al hogar. En ese momento, pudimos comenzar nuestro trabajo conjunto para desarrollar otros modos de enfrentar las dificultades.

Revelar secretos después de las separaciones

Una Parker, de 40 años y sus tres hijos adolescentes: Arthur, de 18, Tamara, de 16 y Edward, de 15, vinieron a verme para una terapia familiar, porque el consejero guía de Tamara se sentía preocupado por su irregular asistencia a la escuela. Cuando los conocí en la sala de espera, inmediatamente vi una mujer agotada, acompañada por tres adolescentes, cada uno enfundado en sus propios auriculares. Como lo supe bien pronto, estos auriculares eran una metáfora patente de la separación y aislamiento que reinaban en esta familia.

En nuestra primera reunión, Una estaba muy triste y me habló con perplejidad. "Mis hijos no me obedecen. No sé adónde va Tamara cuando no está en la escuela. No van a la iglesia

conmigo. No regresan a casa a horario." Mientras Una hablaba, los tres jóvenes se mostraban aburridos y sin interés. Lo que hacía que esta familia fuera diferente de tantas otras familias con adolescentes que transgredían las reglas, era su reciente reencuentro, después de muchos años de separación. Los tres adolescentes habían llegado a Brooklyn desde Jamaica hacía 14 meses, para reunirse con su madre, que había vivido sola en Nueva York durante 11 años. Durante ese tiempo, Una había visto a sus hijos dos veces durante visitas breves. La última visita había tenido lugar 5 años antes.

Tamara fue la primera en hablar. Con aspereza, me hizo saber que pensaba que su madre no tenía derecho a establecerle reglas. "Ella piensa que todavía soy una niñita, porque lo era cuando ella se fue. No tengo por qué estar escuchándola ahora", afirmó Tamara. Mientras hablaba, Una comenzó a llorar, y sus dos hijos rápidamente acercaron sus sillas, uno a cada lado de ella. Edward le rodeó los hombros con el brazo protectoramente. Tamara estaba ahora sentada aparte y miraba airada a su madre y sus hermanos. "El quiere volverse a Jamaica", expresó, señalando a Arthur, "pero cada vez que lo dice, mamá llora y ahí termina todo". Tamara, en efecto, aparecía como voluntaria para "cantar la verdad" de la familia. Todos los demás se mostraban tensos mientras ella hablaba. La señora Parker trató de volver a dirigir la atención hacia los problemas escolares de Tamara, pero era evidente que antes de que pudiéramos tratar de lleno el problema con las clases de Tamara o los planes futuros de Arthur, necesitábamos generar un espacio donde se pudieran contar sus muy diferentes versiones de la historia de la migración de Una y sus 11 años de separación.[3]

Cuando los niños se separan de sus padres a una corta edad, y luego se reúnen en la adolescencia, se han acumulado muchos secretos. Diversos fantasmas sientan sus reales en el reencuentro: la historias no contadas sobre la causa por la cual un progenitor en principio se fue o, inversamente, por qué un niño fue enviado fuera del hogar; los profundos sentimientos que se generaron a causa de la separación y lo ocurrido en la vida de cada uno durante esta. La terapia con adolescentes y padres que han estado separados por la migración, por traslados a gran distancia que sucedieron al divorcio, por la incomunicación posterior al divorcio, por la crianza fuera del hogar o por

tratamiento con internación, necesita primero centrarse en todo aquello que los miembros de la familia no han compartido de las vidas de los demás.

Comecé mi trabajo con Una y su familia, preguntando si podíamos construir un genograma. Este árbol genealógico visual permite a una familia mostrarme instantáneas de su desarrollo a través del tiempo –casamientos, nacimientos, separaciones, muertes–, y todas las entradas y salidas cruciales en sus vidas. Como sucede a menudo, los adolescentes estaban extremadamente interesados en la silenciada historia previa de la familia. Su padre había partido para Miami poco después del nacimiento de Edward. Había reaparecido brevemente para partir de nuevo y formar una nueva familia. Los tres jovencitos escuchaban en silencio y con atención, mientras su madre enunciaba sus desesperados y fracasados intentos de mantener a su ex esposo en contacto con los hijos. Esta era una de las muchas historias que nunca habían oído.

En 1982, con poco dinero y sin la más mínima perspectiva de trabajo en Jamaica, Una decidió venir a Nueva York, como lo habían hecho sus tres hermanos. Como muchas mujeres inmigrantes en su situación, planeó que su estadía sería breve. "Pensé en un máximo de dos años", comentó Una, "y al cabo de ese tiempo regresaría". Arregló para que sus hijos de siete, cinco y cuatro años quedaran con su madre, y partió para los Estados Unidos como inmigrante indocumentada. Trabajó como auxiliar enfermera a domicilio y envió tanto dinero como pudo a Jamaica para mantener a sus hijos. Sacudiendo la cabeza, Arthur manifestó: "La abuela se quejaba de que le costábamos mucho. Nunca supimos que mandabas dinero. Simplemente pensamos que te estabas divirtiendo en Nueva York". Así como los hijos no habían oído relatos verdaderos sobre la vida de su madre mientras estuvo separada de ellos, del mismo modo Una no había oído sobre sus experiencias, a menudo difíciles, de la vida en común con la abuela. Nuestro trabajo conjunto requirió que construyéramos un lugar lo suficientemente seguro como para contener sentimientos intensos y previamente no reconocidos, contradicciones, lealtades divididas y experiencias angustiantes.

Una habló con dolor de cuánto había extrañado a sus hijos. La nueva decisión de Una de tomarse el tiempo necesario para

obtener su tarjeta verde y trasladar a sus hijos a Nueva York se fundamentó en las seguridades que le daba su madre de que estos estaban bien, y en un modelo familiar en el que era habitual la crianza de los nietos por parte de las abuelas, típico en Jamaica desde la época de la esclavitud, cuando los padres a menudo eran separados de sus hijos por los amos blancos. "Imaginé que serían uno o dos años más", manifestó Una. "Pero me llevó siete años conseguir mi tarjeta verde y otro año ahorrar el dinero para conseguir un departamento más grande y traerlos".

A través de esta conversación, Arthur, Tamara y Edward estaban enterándose de cosas nuevas sobre su madre: sobre sus luchas en Nueva York, sus terribles condiciones laborales y bajo salario en hogares de gente enferma y mayor y la perseverancia y el coraje que había desplegado por sus hijos. Dos veces en once años, Una corrió el riesgo de regresar a su hogar en Jamaica y reingresar a los Estados Unidos sin documentación. Sus hijos no tenían idea de lo que esto significaba y estaban enojados porque no iba con más frecuencia. Las visitas eran una confusa mezcla de agitación y distancia. Cuando Una trajo finalmente a sus hijos a Nueva York, imaginó reencontrase con niños de trece, once y diez años, las edades que tenían cuando los había visto por última vez. Por el contrario, tres adolescentes que siempre habían vivido en el campo, en Jamaica, entraron en un departamento de dos dormitorios de Brooklyn, en un barrio habitado por antillanos y judíos ortodoxos.

Una, Arthur, Tamara y Edward estaban tratando de elaborar al mismo tiempo dos transiciones del ciclo vital familiar, no previstas y contradictorias. Se estaban reuniendo para construir una familia justo en el momento de las vidas de los hijos en que querían y necesitaban más autonomía. Una, por su parte, los consideraba mucho más pequeños de lo que eran. Por otro lado, sus reglas estaban confeccionadas para una vida en Brooklyn, a veces peligrosa, en tanto que Arthur, Tamara y Edward estaban acostumbrados a la seguridad de la vida en el campo. Su rebelión adolescente estaba complicada por el enojo con la madre por dejarlos años atrás y por el súbito desarraigo que sentían al dejar Jamaica. "No fuimos dueños de la situación cuando nos dejaste", dijo Arthur, "y tampoco cuando nos trajiste acá". Una había previsto que sus hijos sentirían del

mismo modo que ella este reencuentro, y fue así como no tuvieron espacio, luego de su llegada, para expresar todos sus sentimientos de pérdida y desestructuración. Recién cuando Una comenzó a revelar cómo se había sentido cuando llegó por primera vez a Nueva York, sus hijos se sintieron autorizados a mostrar su tristeza.

Nuestro trabajo conjunto se extendió por seis meses. La mayor parte de la terapia se invirtió en que los miembros de la familia contaran sus historias de la época en que estuvieron separados, desenterraran secretos y compartieran los sentimientos que madre e hijos se habían ocultado durante 11 años. Los sentimientos de abandono de los adolescentes y el doloroso sentimiento de culpa de Una fueron mencionados en voz alta por primera vez. Se pasaron muchas sesiones contemplando fotografías y escuchando los relatos que cada una encerraba. Compartieron por primera vez incidentes graciosos de la vida de Una en Nueva York e historias divertidas de la vida de los niños en Jamaica. No sólo las experiencias dolorosas habían quedado escondidas, antes de nuestro trabajo conjunto, sino que tampoco nadie se había atrevido a contar acerca de los momentos felices. Una pensó que sus hijos la considerarían una madre indiferente si llegaban a oír sobre los buenos momentos que había pasado lejos de ellos. Los hijos, por su parte, imaginaron que su madre creería que no la necesitaban, si se enteraba de que se divertían sin ella. En tanto que recuperar los buenos momentos no compartidos fue una experiencia agridulce para cada miembro de la familia, sugerí que estas historias contenían recursos para construir ahora su vida juntos.

A medida que el pasado de la madre y el de los hijos se entrelazaban para tejer una historia contemporánea y multifacética de migración, separación y reencuentro, las vidas individuales de los Parker y sus relaciones entre sí cambiaron profundamente. Hacia el cierre de la terapia, Tamara asistía con regularidad a la escuela. Arthur había estado de acuerdo con posponer su decisión de regresar a Jamaica hasta completar un curso de técnico en computación de dos años. Una se fue instalando en su papel de madre de adolescentes, manteniéndose firme en unas pocas reglas necesarias y, al mismo tiempo, ayudando a sus hijos a aprender a moverse en el territorio, a veces confuso, del barrio marginal en el que vivían. El enojo

de los hijos con su madre se diluyó y fue reemplazado por un sentimiento de solidaridad familiar. Con el apoyo de ellos, Una volvió a cursar la escuela, por la noche, para obtener un título de enfermera vocacional. Arthur y Edward se alternaron para encontrarse con su madre después de la clase y acompañarla en el metro, de regreso al hogar.

Mientras que los Parker tuvieron una larga separación y muchas experiencias que se habían hecho secretas o tabú, separaciones mucho más cortas entre padres y adolescentes pueden alimentar una sensación de alienación, un sentimiento de no saber cómo ponerse al día con la vida del otro. Un adolescente taciturno que ve a su padre y a su madrastra una vez por año, durante dos semanas, una chica de 14 años que visita su hogar una vez por mes y regresa al centro de tratamiento donde está internada, o una adolescente preocupada, cuya madre ha sido hospitalizada durante dos meses debido a una depresión, todos necesitan un tiempo de mutuo relato de historias con los adultos que significan algo en su vida. Abandonados a su suerte, la mayoría de los adolescentes no inician este proceso. Los padres que han dejado de ver a sus hijos por un tiempo y preguntan directamente: "**¿Qué ha estado pasando en tu** vida?" probablemente se encontrarán con un encogimiento de hombros o respuestas muy cortas. Por otra parte, los padres que de manera relajada y natural comienzan a contar lo que ha ocurrido en *su* vida durante la separación y permanecen receptivos para oír cómo trata la vida a sus hijos adolescentes, tienen probabilidades de generar un diálogo fluido.

Cuando los adolescentes saben demasiado poco: resolución de secretos de identidad

En el uso popular, el término "adolescencia" alude a un estadio de la vida individual. Según mi experiencia, la adolescencia es también una etapa importante por la que atraviesan las relaciones familiares. Cuando un niño se acerca al umbral de la adultez, en todas las familias se generan tensiones e interrogantes: cuánta libertad se debe otorgar a un adolescente, cuánta responsabilidad, cuántas más oportunidades existen para sacarlo "bueno". Las celebraciones de cada paso hacia la adqui-

sición de capacidades de la adultez se alternan con el pesar por las oportunidades perdidas. Y si se han guardado secretos que afectan directamente la capacidad de un adolescente para conocerse a sí mismo, se acumulará presión en la familia. Se va acabando el tiempo antes de que el adolescente abandone el hogar, y el secreto se sigue prolongando en el tiempo.

A veces aparecen poderosas fuerzas compensatorias que tienden a sepultar un secreto central aun más profundamente, o a revelarlo por último en la forma de agudas crisis familiares y de adolescentes. La conducta y el torbellino emocional que muestra un adolescente pueden ser una representación distorsionada del contenido de un secreto. Esta conmoción proporciona una racionalización a los asustados padres para seguir guardando el secreto, ya que suponen que darlo a conocer provocaría aun más conmoción.

Los años de la adolescencia a menudo son la última oportunidad para los padres de revelar un secreto que afecta lo más central de la identidad del niño (adopción, paternidad, miembros faltantes de la familia, o el entorno cultural y étnico de origen), especialmente si desean hacerlo bajo su propia guía, protección y control. La revelación de un secreto de larga data, cuya esencia pertenece a la identidad de un niño, tendrá repercusiones en todas las relaciones familiares.

Kaye y Bob Keeler me solicitaron una entrevista para verme con su hijo Josh, de 16 años, y su hija Brianna, de 11. Cuando nos saludamos en la sala de espera, era palpable la actitud defensiva y de enojo entre los padres y el hijo. Mientras Josh se sentaba con apariencia apática e infeliz, su padre me dijo: "Josh está de nuevo en problemas". Cuando le pregunté qué quería decir con "de nuevo", Bob me confió que Josh se metía en problemas cada otoño, poco después de comenzar la escuela. Esta vez el problema era mayor. Josh había robado dinero del escritorio de una profesora. Había proferido insultos y la había amenazado con el puño, cuando ella lo encaró. Lo habían suspendido. Y, a pesar de que había testigos oculares, continuaba negando su responsabilidad en el incidente.

Me intrigó el momento en que se presentaban los problemas de Josh. Cuando pedí más detalles, me informaron que "otoño" significaba de mediados a fines de octubre. "Me arruina Halloween todos los años", se quejó Brianna. Cuando traté de

averiguar qué otra cosa podría estar sucediendo en la familia en octubre, Kaye manifestó sin duda que creía que las presiones escolares se hacían intolerables para Josh. Ella y Bob también me dijeron que pensaban que cuando noviembre avanzaba, Josh siempre se esforzaba más porque se avecinaba la Navidad y quería buenos regalos. Este año, sin embargo, su conducta era simplemente intolerable y ni los padres ni la escuela aceptaban esperar a que Josh normalizara su conducta por su cuenta. Bob insistió en que el único problema en la familia era "la conducta de Josh. Estamos aquí por Josh, y ya estoy harto".

Ciertamente, no es raro que una familia con un adolescente problemático exprese enojo y frustración. Mientras hablaba con los Keeler, sin embargo, noté que todos mis intentos de obtener otra información sobre la familia o de hablar acerca de algo que no fuera la conducta de Josh eran bloqueados inmediatamente. Toda la ansiedad de la familia estaba centrada sobre Josh. Por el contrario, Bob describía a Brianna como "una niña maravillosa que nunca nos trae el menor problema". Mientras el padre la alababa, Brianna me sonrió dulcemente y Josh se tiró la gorra sobre los ojos.

Entre nuestra primera y segunda reunión, Josh volvió a su casa ebrio varias veces, agregando un nuevo problema y manteniendo la atención de todos sobre él. Así como con el robo, negó haber bebido, a pesar de sus obvias resacas. Kaye y Bob respondieron ante las borracheras de Josh con una extraña mezcla de furia y preocupación. "Primero me gritan", manifestó Josh molesto, "y a los dos segundos tratan de abrazarme. Me hacen sentir tan confundido.... Pero, ya sabe, esto no es nada nuevo". Cuando traté de preguntarle a Josh un poco más sobre sus sentimientos de confusión, se encogió de hombros y dijo: "Yo estoy cansado de hablar. Pregúnteles a ellos".

La combinación de la absoluta negativa de Kaye y Bob a permitirme explorar otros temas que no fueran la conducta de Josh, la aparición de un nuevo problema, justo antes de que comenzáramos nuestro trabajo, y las habituales "sorpresas de octubre" de Josh, me llevaron a preguntarme si no estaríamos en presencia de algún secreto. A menudo he descubierto que cuando una familia no puede hablar más que de un tema se debe a que existe un miedo subyacente a que una conversación más abarcativa pueda conducir a regiones prohibidas. No es

raro que un miembro de la familia, especialmente un adolescente, "coopere" con la necesidad no hablada de la familia, de evitar nuevos temas de conversación. En tanto que existen adolescentes cuya conducta hace estallar los secretos de la familia, otros, como Josh, parecen hacerse cómplices del secreto, distrayendo a todos. Además, la conducta perturbadora que reaparece, aparentemente siguiendo un calendario regular a menudo llama la atención sobre algún aniversario innombrable, muchas veces referido a una pérdida, al tiempo que opera como un mecanismo la distracción.

En nuestra tercera reunión, Kaye y Bob se presentaron solos. He aprendido que cuando los padres llegan a una sesión de terapia sin los hijos, que también han sido citados, a menudo hay secretos en la agenda. De modo que los presioné sutilmente, preguntándoles si había algo en la historia de la familia que ellos pensaran que sería útil para mí saber. Vacilando y mirando a Bob para reasegurarse de que era correcto hablar, Kaye comenzó: "No estoy segura de si esto tiene importancia, pero Bob no es el padre de Josh. Es el padre de Brianna. Bob adoptó a Josh cuando tenía 10 meses de edad. Era un bebé, sabe, y todos pensaron que sería mejor que no se enterara".

A medida que el relato lentamente se iba desarrollando, me enteré de que Kaye había estado casada, por corto tiempo, con Jerry, un hombre muy interesante pero irresponsable, que había muerto ebrio en un choque automovilístico, 16 años antes, un 19 de octubre, cuando Josh tenía tres meses de edad. Los padres de Kaye, especialmente la madre, le aconsejaron que rehiciera su vida. Cuando conoció a Bob y contrajeron matrimonio, todos estuvieron de acuerdo en que la vida y muerte de Jerry debían permanecer en secreto.

Les pregunté a Kaye y Bob si habían pensado cuándo le contarían a Josh sobre su padre biológico. Bob dijo que consideraba que nunca le contarían, y reiteró que él era el padre de Josh. Kaye respondió quedamente que se hacía esa pregunta con frecuencia. Sentía que cuando Josh tuviera una relación seria con una mujer, ella querría que el muchacho lo supiera. Bob ni se había imaginado que Kaye estaba considerando la posibilidad de contarle en algún momento a Josh. Como sucede con frecuencia, los pensamientos y los sentimientos sobre el secreto también se habían convertido en un secreto.

Su secreto no residía sólo entre ellos. Muchos miembros de la familia y amigos conocían la historia real. Kaye y Bob vivían en una comunidad pequeña. El diario local había publicado la noticia del accidente automovilístico. "¿Quién se lo contará a Josh si vosotros no lo hacéis?", les pregunté. "¿Cómo pensáis que reaccionará si se entera por otras personas?"

Estábamos al comienzo de un proceso que llevaría muchos meses. En tanto que Josh, sin duda, actuaba en respuesta a la presencia de este secreto crucial sobre sus orígenes, sentí que no había necesidad de precipitarse. El esquema acostumbrado de Josh era irrumpir con algún episodio de mala conducta cada octubre y luego volver a la calma. Nos podíamos tomar nuestro tiempo para considerar todas las ramificaciones que podría tener la revelación. Sacar prematuramente a la luz el secreto central de una familia puede causar daño a sus miembros individuales y a sus relaciones. Cuando un secreto no plantea un peligro inmediato para un adolescente es mejor proceder despacio, construyendo una red de seguridad para las relaciones lo suficientemente fuerte. Descubrí que era necesario ayudar a Kaye a deshacerse de la enorme vergüenza que la embargaba, así como encarar el miedo de ambos padres antes de que pudieran dar el paso de hablar con Josh.

Parte de lo que generaba este secreto se remontaba a mucho tiempo antes de la muerte de Jerry. La relación de Kaye y Jerry había comenzado en la escuela secundaria. Jerry provenía de una familia de clase trabajadora, mientras que la familia de Kaye pertenecía a la clase media alta. Sus padres le habían prohibido salir con Jerry. La joven pareja se las arreglaba para encontrarse a escondidas, lo que, sin duda, hacía que la relación fuera más excitante. Al poco tiempo, Kaye quedó embarazada de Josh. Tanto los padres de Kaye como los de Jerry la hicieron sentir avergonzada e insistieron en que se tenían que casar. Los mismos padres de Kaye la censuraron por quedar embarazada e insistieron en hacer una sencilla boda sin la consabida recepción posterior. Cuando Jerry se mató, sus padres culparon a Kaye y cortaron las relaciones con ella. No habían visto a Josh desde prácticamente su nacimiento, pero Kaye vivía con el temor de que un día se aparecieran a su puerta.

A medida que fuimos conociéndonos, Kaye habló conmovedoramente sobre su sentimiento de tristeza durante todos los

meses de octubre. "No es que todavía esté enamorada de Jerry", le explicó a Bob, "pero fue mi esposo y la pena todavía está allí". De hecho, Kaye se aislaba cada octubre, pasando mucho tiempo sola, cosa que no era característica en ella. Cuando dijo que estaba segura de que nadie lo notaba, Bob comentó que él, obviamente, lo había advertido pero que tenía miedo de preguntarle qué la apesadumbraba. Nuevamente, el secreto era reforzado por más secretos.

Restaba ahora un pequeño salto para comenzar a preguntarse qué impacto tendría sobre Josh la profunda tristeza anual de su madre. Como muchos niños que ven a sus padres tristes, pero que presienten que no deben preguntar por qué, Josh emprendía una campaña anual para distraer a su madre. Tenía un éxito rotundo. En breve, su madre se salía de las casillas, olvidaba su tristeza y toda la familia se encontraba ocupada con los exabruptos de Josh. A través de los años, sin embargo, la conducta de Josh se había desplazado de las divertidas travesuras de un niño pequeño a acciones tales como robar y beber, que a su madre le recordaban cada vez más a su padre biológico. Kaye afirmaba: "Mi madre decía que si Josh no sabía nada sobre Jerry, no iba a seguir sus pasos. Que, como Bob, sería responsable y racional. No lo entiendo, pero me parece que se equivocó".

Cuando existe un secreto sobre los orígenes de un niño, los padres se vuelven hipervigilantes ante el primer signo de conducta negativa que trae la reminiscencia del padre biológico. Cuando los padres reaccionan con exageración y ansiedad, el niño a menudo responde con la misma conducta, pero exacerbada. Se pone en movimiento un círculo vicioso. Debido a que existe un secreto, es imposible elaborar una visión más equilibrada del padre faltante. El niño gradualmente se convierte en la peor pesadilla de los padres, que murmuran explicaciones del tipo: "Debe de estar en los genes".

Cuando Kaye y Bob comenzaron a relacionar la conducta de Josh con el secreto central, se convencieron de que querían contárselo. En esta encrucijada, les pedí que pensaran sobre el efecto que la revelación del secreto tendría sobre otras personas de la familia. Contar un secreto referido a la identidad de un tercero siempre es más complicado que contárselo a esa misma persona. En la familia Keeler era necesario tratar el

tema previamente con los padres de Kaye y de Bob. Cuando lo hicieron, no fue para pedir permiso, sino para informarlos respetuosamente sobre la decisión tomada, y para manejar cualquier ansiedad que se avecinara. Se creó de este modo un clima de amplio apoyo familiar. Tratamos las razones por las que Brianna también necesitaba conocer el secreto. No contarle generaría un nuevo secreto y separaría a Josh de su media hermana, justo en un momento en que eran esenciales unas relaciones firmes. Por último, hicimos planes para que Kaye se reencontrara con los padres de Jerry. Eran figuras importantes, ya que como abuelos de Josh, podían ofrecerle al nieto una visión más completa de su padre.

Pregunté a Kaye y Bob si querían revelar a Josh el secreto en la casa o en una sesión de terapia familiar. "¿Qué nos aconseja usted?", preguntó Kaye. Les dije que en general resulta mejor, cuando se trata de un adolescente, contar el secreto en la casa, en su ambiente natural, a menos que el secreto involucre algún peligro y, ciertamente, no era este el caso. "Decírselo a Josh en la casa hará más fácil la tarea de poner juntos en orden todas las historias de sus vidas, disponiendo de todo el tiempo que fuere necesario", les manifesté.

Como es comprensible, cuando Kaye y Bob revelaron el secreto a Josh, al principio este se enojó porque se lo habían ocultado durante tanto tiempo. Kaye habló con él sobre su propio dolor y confusión cuando el padre murió, y de su profundo deseo de protegerlo de cualquier daño. Durante varios meses le contó a Josh historias sobre su padre, tanto positivas como problemáticas, ayudándolo a percibir que las personas son complejas. Trabajamos en la terapia para ayudar a Josh a integrar este conocimiento nuevo y esencial sobre él y su familia. En la casa, Josh contempló fotografías que nunca había visto. Supo de quién había heredado los ojos, la nariz, la barbilla. Josh nunca había visto antes sus fotos de bebé. Quiso que yo viera, especialmente, una foto de Jerry sosteniéndolo en brazos, poco después de su nacimiento. Conoció a su abuelos paternos, que le dieron la bienvenida y le entregaron libros que su padre había apreciado en particular; Kaye y Bob lo llevaron al cementerio donde estaba sepultado su padre, lo que les permitió a él y a su madre hacer el duelo abiertamente y juntos, por primera vez.

Cuando se reveló el secreto, las relaciones comenzaron a cambiar. Josh y Brianna fueron reemplazando el enojo y la distancia previos por momentos de diversión compartida. El papel de "niña perfecta" que cumplía Brianna de a poco se desvaneció, y dedicamos toda una sesión a una tarea escolar que no había entregado. Ante la gran sorpresa de Bob, Josh se acercó más a él. Kaye y Bob comenzaron a integrar la realidad del primer matrimonio de esta en su relación. Jerry había sido un tema tabú. La pareja había vivido durante años simulando que Kaye nunca había estado casada. Una parte crucial de su biografía había quedado oculta, sepultada por la vergüenza. Bob, a su vez, había vivido con un misterio, ya que, a pesar de que sabía que Kaye había estado casada antes y que Jerry se había matado, no podía preguntarle a su esposa cómo había sido su vida antes de conocerlo a él. "Viví suponiendo cosas. Preguntándome cómo se habría sentido con él y qué comparación podría hacer conmigo", confesó Bob. Por su parte, este nunca se sintió cómodo contándole a Kaye sobre su vida antes de conocerla. El secreto central de la familia había impedido a esta pareja vivir uno de los aspectos más importantes de una relación íntima: **compartir las historias anteriores y volver a contarlas a alguien que nos ama.**

Los Keeler vinieron a verme inicialmente en octubre. En enero revelaron un secreto que habían guardado ante Josh y que había contaminado todas las relaciones de la familia durante 15 años. En septiembre del año siguiente, luego de mucho trabajo y muchos cambios, reunieron a las tres parejas de abuelos y mantuvieron una conmovedora ceremonia en la que Bob y Josh públicamente, se "adoptaron" el uno al otro.

Situados en lo más profundo de la historia de una familia y creados originalmente con la buena intención de proteger a un niño pequeño, muchos secretos parecen acelerar sus efectos durante la adolescencia. Cuando un adolescente experimenta dificultades que parecen no tener explicación y que no se resuelven a pesar de los mejores esfuerzos de los padres, es probable que un secreto se oculte bajo el doloroso conflicto. Los secretos que requieren del engaño, la mentira o la traición, hacen que la conversación clara y significativa resulte imposible, justamente en un momento de las relaciones familiares en que la comunicación es crucial. En las familias donde existe un secre-

to central, el normal desenvolvimiento de la vida que los adolescentes necesitan se ve obstruido.

Mientras que cada secreto configura un intrincado problema de características únicas e irrepetibles, concebido y presentado en la historia y en la cultura únicas de cada familia, la revelación de secretos dolorosos a cualquier adolescente requiere elementos asombrosamente similares: una secuencia planificada, una atmósfera de seguridad y apoyo y una relación estrecha y empática, dentro de la que sea posible sobrellevar las consecuencias.

Los adolescentes y los secretos forjan una profunda paradoja. Para desarrollar una personalidad separada, transparente, fiable, se requiere guardar algunos secretos. Y nada lesiona tanto el sentido de identidad de un adolescente que escamotearle secretos centrales de su vida. Los secretos familiares no resueltos nos siguen como sombras cuando intentamos dejar el hogar. Pero como veremos en el último capítulo, nunca es demasiado tarde para tomar nuevas decisiones sobre los secretos de nuestra vida.

Notas

1. Esta historia se tomó del trabajo de Peggy Papp, narrada en "Secretos entre padres e hijos", en E. Imber-Black (comp.), *Secrets in Familes and Family Therapy.* Nueva York, W. W. Norton and Co., 1993.

2. Este hallazgo proviene de un estudio clínico cualitativo preliminar, realizado en el North Central Bronx Hospital conducido por la doctora Judy Cobb, la licenciada en Psicología Eliana Korin y la licenciada en Trabajo Social Barbara Iwler.

3. Mis agradecimientos para los doctores Judy Cobb, Helen Quinones, Charles Soule, Rosa Ramírez y la licenciada Rosemarie Alonzo-Chatterton, por su notable trabajo con familias dominicanas en el Bronx, que llamó mi atención sobre los críticos asuntos de las historias no contadas, que deben ser relatadas cuando los adolescentes y los padres han estado separados.

11
Nunca es demasiado tarde: nueva perspectiva sobre secretos largamente guardados entre padres, hijos y hermanos adultos

> Explícales que nunca eres realmente una persona completa si permaneces en silencio, porque siempre existe una pequeña porción dentro de ti que quiere hacerse oír; y si insistes en ignorarla, cada vez se enoja y se enfurece más, y si no le permites salir, un día se va a levantar y te va a golpear en la boca, desde adentro.
>
> AUDRE LORDE

En un frío día de marzo de 1985, abrí la puerta de mi consultorio y me encontré con Carrie Allenby, de 74 años, y su esposo, George, de 75. En lugar de sentarse uno junto al otro, respetando la distribución normal de las sillas en mi consultorio, ambos las movieron con presteza para sentarse en lugares opuestos de la habitación. Carrie llevaba su cabello plateado apretadamente recogido en un rodete. A pesar de que la habitación estaba calefaccionada, no se quitó el abrigo. Por otra parte, advertí que llevaba unos pequeños guantes de algodón, que no son usuales en la época invernal. George se sentó rígidamente en su asiento, sin quitarle los ojos de encima a su esposa. "El doctor de Carrie nos dijo que la viéramos", anunció George. "Atiende en el hospital, pero nos envió aquí para que habláramos con usted; no sé exactamente por qué. Hemos tratado de todo. Carrie ha recibido antidepresivos, tranquilizantes, todo tipo de terapia. Nada funciona."[1]

Desatar un nudo de cincuenta años de antigüedad

Carrie había sido internada con un cuadro de ansiedad persistente, tres semanas antes. Esa era su cuarta hospitalización en otros tantos años. "Mi esposo no entiende", dijo Carrie. "Se me presentan esos miedos y me tengo que lavar las manos." Carrie prosiguió diciendo que estaba aterrorizada por los gérmenes. Pasaba horas, todos los días, lavándose las manos y llorando. Durante una década, no había tocado a otros seres humanos, entre ellos su esposo y sus dos hijas grandes, Catherine, de 49 años, y Ellen, de 48, y su nieto y su nieta, dos adultos jóvenes. De joven, Carrie había sido profesora de piano. Ahora, ni se le ocurría tocar su adorado instrumento; creía que las teclas estaban cubiertas de gérmenes. Tampoco iba de compras, ni manejaba dinero, ni jugaba a las cartas, ni viajaba, ni visitaba a los amigos ni a la familia, ni hacía pasar a nadie a su casa. Los amenazantes gérmenes mantenían a Carrie y a George de rehenes. Su única salida compartida, llegado este punto, era para consultar a innumerables doctores y terapeutas. El miedo de Carrie a los gérmenes y su constante lavado de manos eran en ese momento el único tema de conversación permitido en la familia.

En nuestra primera reunión, George y Carrie insistieron en que el único conflicto que habían tenido en toda su vida se debía al lavado de manos de Carrie. Cuando les pregunté sobre otros problemas que pudieran haber tenido durante el medio siglo de matrimonio, George replicó: "No recuerdo haber tenido ninguno". Como hombre sensato y lógico que era, George se sentía seguro de que podía convencer a Carrie para que abandonara sus miedos. Cuando su persuasión fracasaba, peleaban. A continuación de cada discusión, se retiraban a rincones opuestos de su vivienda, donde cada uno se quedaba triste, solo y enojado, hasta la pelea siguiente, unas horas más tarde.

Si bien habían probado con Carrie todo tipo de terapias individuales, ninguna había intentado trabajar con George, Carrie y sus dos hijas adultas. Sugerí que nos reuniéramos al día siguiente. Poco después de que comenzara esa sesión, me di cuenta de que lo que Carrie llamaba su "fobia" era en ese momento el ritmo al cual toda la familia danzaba. Ellen y Catherine se peleaban acerca de quién "salvaría" a sus padres

y quién "curaría" a su madre. Competían para sugerir nuevos abordajes: acupuntura, hipnosis, biorretroalimentación. Discutían acerca de a quién le había tocado la peor parte, si a la mamá o al papá. Ambas hijas parecían ahogadas por una inexplicable culpa y pasaban la mayor parte de su tiempo libre preocupándose por sus padres.

Para nuestra tercera reunión, Carrie había dejado el hospital. Todos los miembros de la familia se sentían abatidos porque Carrie no mostraba ninguna mejoría. En esa encrucijada, pedí entrevistarme una vez con Ellen y Catherine, sin los padres.

Durante esa reunión, cada una me contó que su padre y su madre, en forma separada y secreta, se quejaban uno del otro con aspereza. Cuando las hijas trataban de hacer aflorar estas quejas en las conversaciones grupales, cada progenitor negaba haberlas formulado. Ellen me rogó que viera a sus padres separadamente, con el objeto de oír sus mutuas insatisfacciones secretas. No accedí a ese pedido, sabiendo que de hacerlo, simplemente me convertiría en "una hija más".

Al final de la sesión con las hijas, Catherine me dio un indicio de la dificultad que enfrentaba nuestro trabajo en conjunto: "A mis padres no les gustan los de afuera, ni los profesionales de la salud, ni ninguna otra persona extraña a la familia". Los extraños, explicó, debían ser tratados con diplomacia y una distancia cortés. Las conversaciones genuinas con los extraños, incluyéndome a mí, sin duda estaban condenadas al fracaso.

Les pregunté a Ellen y a Catherine si querrían tener una sesión con sus padres, en la cual pudieran expresar sus preocupaciones en mi presencia. Les aseguré que trataría de hacer lo posible para que la conversación siguiera su curso, pero que la reunión estaría, en realidad, conducida por ellas. Con cierta vacilación, aceptaron.

La familia se reunió para realizar la quinta sesión. Las hijas se sentaron en sus lugares ya familiares, entre ambos padres. Con gran esfuerzo, Catherine y Ellen comenzaron a hablar sobre los problemas del matrimonio de sus padres. Habían superado el primero de muchos tabúes. Al principio, George y Carrie continuaron insistiendo en que su único problema era el miedo de Carrie por los gérmenes y el lavado incesante de sus manos. En vez de retroceder, como lo hacían usualmente, Ellen y Catherine se mantuvieron firmes. Muy de a poco

George y Carrie comenzaron a reconocer la existencia de otros conflictos entre ellos. George dijo que quería viajar y que estaba resentido con Carrie porque ella se negaba. Carrie, a su vez, manifestó que sentía que George la criticaba injustamente. Su conversación se desvió, al menos un poco, del foco abrumador de la "fobia" de Carrie, donde estaba concentrada toda su atención. No obstante, sus discrepancias parecían muy comunes. Discutían acerca de cuál programa de televisión ver o qué cenar. Cuando sus hijas trataron de preguntar sobre su relación a lo largo de los años, George y Carrie, una vez más, insistieron en que se habían llevado bien hasta que surgió el "problema de Carrie". Catherine comenzó a presionarlos: "Recuerdo que había mucha distancia entre vosotros cuando nosotras éramos pequeñas, ¿por qué?" La tensión silenciosa se hizo insoportable. Ellen, de pronto, pidió que no siguiéramos adelante, protestando: "Mi padre es enfermo del corazón. Creo que no debemos seguir con esto". George y Carrie asintieron.

Yo me preguntaba qué había pasado en esta familia para que todos hubieran adoptado esa actitud defensiva. Nuestra reunión había desafiado ciertamente el mito de que el único problema era la "fobia" de Carrie, pero cuando Catherine preguntó sobre el pasado, pareció que se levantaba un muro de concreto.

Después de este difícil encuentro les escribí una carta a George y a Carrie pidiéndoles que consideraran si deseaban continuar en terapia. Les manifesté que Ellen tenía la opinión de que necesitaban ser protegidos y que me preguntaba si ellos estaban de acuerdo. Les aseguré que si elegían continuar y revelar lo que parecían antiguas y muy dolorosas heridas, por mi parte proveería un lugar seguro para hacerlo. No recibí respuesta.

Tres semanas más tarde Catherine vino a verme sola. "Después de nuestra última reunión con usted, fuimos todos al apartamento de mi hermana. Era la primera vez, después de muchos años, que mi madre iba allí. Mantuvimos la primera discusión abierta en la familia desde que tengo uso de razón. Mi padre estaba especialmente enojado con Ellen por haber sugerido que su deficiencia cardíaca le impedía manejar las cosas en forma adecuada." El hecho de que las cosas comenzaran a ventilarse le parecía a Catherine mucho más importante que el contenido de la discusión. Durante la acalorada reyerta, Ellen, que hasta ese momento se había presentado ante la

familia como una mujer soltera, reveló que había estado viviendo secretamente con un novio durante cinco años. Prosiguió diciéndoles que luchaba con un problema de alcoholismo y que estaba comenzando a buscar ayuda. Por primera vez en muchos años, la familia prestaba atención a otros asuntos que no fueran la "fobia" de Carrie.

Catherine me preguntó si podría verme por su cuenta con el objeto de poder "tomar distancia" de los problemas de sus padres. Yo acepté. Me dijo que dudaba de que sus padres regresaran a mi consultorio.

Tres meses más tarde sonó mi teléfono. Era Carrie. "Creo que necesitamos verla", dijo. Carrie nunca me había llamado antes, dado que el teléfono alojaba gérmenes. Les ofrecí una reunión dos días más tarde.

Cuando fui a la sala de espera a saludarlos, me sorprendió lo diferente que se los veía. De algún modo parecían aliviados; estaban vestidos con colores brillantes por primera vez desde que los conocía. Y aunque Carrie todavía llevaba puestos sus guantes, se había quitado el abrigo. Nuestra conversación comenzó de manera jocosa (otro cambio). Carrie me contó que una vez le había lavado la cara a George en la cama, cuarenta años atrás. "¿Fue divertido?", le pregunté. "Bueno, al menos no le molestó", dijo Carrie riendo. "¿Todavía le lava la cara en la cama?", le pregunté bromeando. "Ahora dormimos en cuartos separados", respondió George con tristeza, cambiando bruscamente el estado de ánimo. Entonces, la puerta que había estado cerrada durante tanto tiempo se abrió de pronto. Durante la siguiente hora y media, reconstruimos la dolorosa historia de la vida en común de esta pareja. Uno tras otro se fueron destapando los secretos: el enorme miedo de Carrie de quedar nuevamente embarazada, después del nacimiento de las dos niñas en el lapso de dos años; un médico que se opuso a darle información sobre control de la natalidad, diciéndole que se fuera a su casa y tuviera más niños; discusiones feroces entre George y Carrie sobre sexo; la impotencia de George después de un tratamiento médico que tuvo lugar cuando contaba alrededor de 40 años; dormitorios separados; y peleas no resueltas sobre sexo, convenientemente reemplazadas por discusiones sobre el lavado de las manos. "Tuvimos muchos más conflictos sobre sexo que los que nunca hemos tenido sobre el lavado de mis manos", agregó Carrie.

Lentamente, la habitación se colmó con la fuerza de todo lo que había permanecido sin hablarse, sin nombrarse, sin ser contado. Entonces Carrie, con la voz temblorosa, y los ojos llenos de lágrimas, me reveló un secreto que había guardado durante 50 años. "Catherine nació antes de que nos casáramos", dijo, mientras inclinaba la cabeza avergonzada. Un secreto que probablemente nunca se hubiera gestado en el mundo actual, había moldeado y limitado las relaciones de esta familia durante medio siglo.

Cuando en 1935 los padres de Carrie descubrieron su embarazo, la enviaron inmediatamente a la casa de un pariente, en un estado vecino. George la siguió, diciéndole a su familia sólo que había conseguido un trabajo: explicación suficiente durante la Depresión. Poco después del nacimiento de Catherine, la madre de George descubrió la verdad por un amigo. En lugar de vérselas con su hijo, le escribió a Carrie una carta brutal y escarnecedora, culpándola por el nacimiento clandestino; una carta acerca de cuya existencia Carrie nunca le había contado a George hasta ese día en mi oficina. Lloró como si hubiera recibido la carta el día anterior; lágrimas que había ocultado ante George durante casi 50 años.

Poco después del nacimiento de Catherine, George, que ganaba 40 centavos la hora, ahorró dinero suficiente para obtener el certificado de matrimonio. La pareja se casó ante el juez de paz, sin la presencia de familiares o amigos, sin celebración y con una pesada carga de vergüenza.

"¿Sus hijas conocen esta historia?" pregunté. "Nunca hablamos sobre esto", respondió Carrie, "pero sé que ellas la conocen. La deben saber porque toda mi familia y la de George la conoce. Miramos juntos las fotografías del casamiento de Catherine. Pero nunca pidieron ver nuestras fotos de casamiento. Es porque ellas saben y no quieren que nosotros sepamos que saben. Estoy segura de eso."

Carrie había escondido su certificado de matrimonio en el fondo de un viejo baúl en el sótano. George y Carrie nunca celebraron abiertamente su aniversario de bodas. Los cumpleaños de sus hijas pasaban inadvertidos. Y nunca nadie preguntó por qué.

Escuché y albergué su secreto con ternura. En las semanas siguientes, esta experiencia inesperada precipitó un rápido

cambio. Se había abierto una brecha en la rígida barrera que este secreto había erigido entre la familia y el mundo exterior, expresada tan elocuentemente en el miedo de Carrie por los gérmenes. Carrie comenzó a tocar otra vez el piano. También me preguntó si podía recomendarle algún "especialista en gérmenes". Claramente, estaba decidida a salir del rincón en el que su fobia la tenía acorralada. Concerté una entrevista con un médico de familia que respondió con honestidad y respeto a todas sus preguntas. "¿Cuánto tiempo puede vivir un germen en un zapato?", quiso saber Carrie. "No mucho", fue la respuesta. Carrie rió y lloró, y volviéndose a George le dijo: "Vayamos de compras".

Su nueva apertura también les permitió pasar momentos separados. George hizo un viaje de pesca y Carrie pasó la noche en la casa de su hermana, por primera vez en muchos años.

Sugerí que hiciéramos un vídeo de su historia para mostrar a sus hijas, pero descubrí que me encontraba por lo menos diez pasos atrás de ellos. George, un maestro de las conversaciones evasivas hasta ese momento, me miró y declaró: "No, eso es muy indirecto; traigámoslas directamente para una reunión y contémosles".

Lo primero que noté cuando entraron, fueron las manos de Carrie. Estaban descubiertas, por primera vez desde que la conocí. Carrie comenzó la reunión con la voz entrecortada por el miedo y la angustia. Sacó su certificado de matrimonio del bolso y lo colocó sobre la mesa, delante de Catherine. "Siempre temimos que, como naciste antes de nuestro matrimonio, nos lo fueras a reprochar", le dijo a su hija mayor. "Lo supimos las dos desde que tengo memoria", dijo Catherine con tristeza. "Pero nunca sentimos que pudiéramos hablarlo con vosotros."

La sesión tomó muchos giros inesperados. George habló largo y tendido acerca de cómo había sido ese período de su vida. Conmovedoramente, les contó a sus hijas cuánto había amado a Carrie y cómo había querido estar con ella cuando la familia la envió lejos. Entre los muchos secretos de la familia que se habían ocultado ante Catherine y Ellen, estaba la historia de amor de sus padres y el difícil comienzo de la vida en común. Aunque era la época de la Depresión y ninguno de sus conocidos tenía dinero, George sentía que eran pobres por su culpa. Vivieron sin ninguna ayuda de parte de sus familias. Se escon-

dieron de los antiguos amigos. Finalmente, después del nacimiento de Ellen, regresaron al hogar, donde cada vez se evitaban más conversaciones por miedo de que fueran a rozar este secreto.

Más adelante en la sesión, Catherine se enojó y surgió una nueva historia. "¿Por qué me tratasteis tan mal cuando quedé embarazada antes de mi casamiento?" Un secreto no hablado, se había repetido en la generación siguiente. Aunque George y Carrie asistieron al casamiento de Catherine, esta había tenido que dejar su casa en medio de la deshonra. Veintisiete años después del suceso, George y Carrie se disculparon y pidieron a Catherine que los perdonara. "Hicimos exactamente lo que nos habían hecho a nosotros, y las dos veces estuvo mal", dijo Carrie.

Hacia el final de la sesión, Ellen manifestó con vehemencia: "Este tiene que ser un punto de inflexión. Tenéis que prometernos que no habrá más secretos. No más cuentos de mamá, sobre los que me pide que no le cuente a papá, o de papá que me pide que no le cuente a mamá o a Catherine". George y Carrie asintieron.

Cuando se pusieron de pie para retirarse, Carrie se adelantó hacia mí, me tomó ambas manos y me agradeció. Tuve el honor de ser la primera persona que ella tocaba en muchos años.

La revelación de este secreto central fue sólo el comienzo. Se sucedieron meses de trabajo. Juntos, revisamos los valores culturales y presiones que medio siglo antes habían moldeado la severa reacción de sus familias ante el nacimiento de Catherine. Cuando esta nació, un embarazo extramatrimonial estaba cargado de una vergüenza inenarrable. El sexo prematrimonial era condenado y las mujeres recibían la condena social más dura. "Recuerdo haber oído", comentó Carrie, "que los muchachos simplemente no podían evitarlo, que era responsabilidad de las chicas el detenerlos. Yo era todavía muy joven y pensé que lo que ocurría, sea lo que fuere, ciertamente, era culpa mía". Revisar estas creencias en el contexto más liberal de los años 80 permitió a George y a Carrie desafiarlas y, en última instancia, perdonar a sus propios padres.

También exploramos cómo el doloroso secreto se había repetido durante tres generaciones. Carrie, Catherine, y más recientemente, la hija de Catherine, todas habían quedado

embarazadas antes del matrimonio. Quizás, estos embarazos eran indicadores de una mal llevada lealtad con la familia; quizás eran un torpe intento de dejar al descubierto el secreto original; o quizá significaban que es imposible aprender de las experiencias que nadie admite que han tenido lugar.

Cuando completamos nuestro trabajo en común, me asombré de los enormes cambios operados en Carrie, George, Catherine y Ellen, y en las relaciones entre ellos. La vida de Carrie dejó de estar malograda por un debilitante síntoma psiquiátrico. Salió de compras y viajó, nuevamente recibió gente en su casa y tiró sus guantes de algodón a la basura. Cuando Carrie y George entraron a mi oficina, el brazo de él rodeaba gentilmente los hombros de ella. Catherine y Ellen no gastaron más su tiempo y energía en los problemas de su madre y en el matrimonio de sus padres. La lealtad con la familia ahora podía expresarse con palabras y acciones en vez de hacerlo con el silencio. Catherine y Ellen crearon un secreto amable, regalando a sus padres una fiesta de aniversario sorpresa, la primera en sus 50 años de matrimonio. Carrie se despidió de mí, esta "extraña" a quien habían permitido entrar en sus vidas, trayéndome un pastel de ruibarbo hecho por ella.

Vidas complejas, soluciones complejas

Carrie y toda su familia habían quedado prisioneros de sus muchos diagnósticos y tratamientos. Términos tales como "obsesiva-compulsiva", "problema de ansiedad" y "fóbica" llenaban su historia clínica, simplificando en exceso y resumiendo la compleja historia de su vida. Todos los tratmientos psiquiátricos posibles se habían probado con Carrie: terapia psicodinámica individual, terapia cognitivo-conductista, medicación ansiolítica, antidepresiva, internaciones. Durante una internación, en un intento de "desensibilizarla", había tenido que recoger la ropa sucia de otras personas. En otra, un microbiólogo le dio una clase de 45 minutos sobre gérmenes. El residente de psiquiatría que por primera vez me pidió que viera a Carrie, me había dicho que la junta médica del hospital recomendaba internarla en una clínica de reposo. "¿Está enferma físicamente?" le pregunté. "Para nada", fue la respuesta. "La junta sim-

plemente considera que su esposo necesita un descanso." Los profesionales en salud mental que trabajaban con ella la consideraban "resistente", "inabordable", "una anciana loca". Visitaba a un psiquiatra cada seis semanas, sólo para renovar su medicación. Cuando su vida dio un vuelco total, después de la revelación del secreto central, me dijo que no quería ver más al psiquiatra y que quería ayuda para suspender toda su medicación. "Cuando le pregunto sobre los efectos colaterales de mi medicación, me dice que no me preocupe por esas cosas. Y, de todas maneras, es tan 'negativo'", me confió. "Siempre está hablando de clínicas de reposo. Yo no necesito una clínica de reposo." Evidentemente no la necesitaba.

Siento una enorme preocupación por todas las Carries, cuyos terapeutas ignoran la probable presencia de secretos dolorosos, aplicando entonces una intervención tras otra y, en última instancia, culpando al cliente por no cambiar. En el actual contexto de las administradoras de salud, es todavía más probable que las intervenciones bioquímicas sean el primer abordaje elegido, quizás asociadas con una terapia muy breve, de aplicación masiva. Desen[illegible]ar secretos que han estado profundamente [illegible] **jar con eficacia sobre sus com-**
[illegible] empo, confianza, seguridad y
[illegible] terapias debe ser única y he-

amilia se ha repetido una y
ayores y sus hijos adultos,
bo un pedido para efectuar
la certeza de que nos en-
enación, confusión y mal-

te trabajo son complejas,
sulta es enorme: un pro-
l se disuelve finalmente
os hermanos adultos en un conflic-
ades; un progenitor mayor ha muerto recientemente, dejando un testamento que omite a uno de los hijos; un proble-

ma o una crisis en la generación del nieto –drogas, alcohol, traumas–, activa a la totalidad de la familia extensa; una hermana fracasa en el trabajo y comienza a pedir dinero prestado a un hermano más exitoso, demandando, al mismo tiempo, guardar el hecho en secreto ante su esposo e hijos; el mal de Alzheimer de un progenitor anciano genera interrogantes sobre un niño cuya muerte cuando comenzaba a dar sus primeros pasos se mantuvo en secreto; la oportunidad que se le otorga a un hermano de comprar la mansión familiar a un precio irrisorio, priva a los otros hermanos de su patrimonio financiero; la muerte inminente de un progenitor anciano fuerza a una familia a hacerse cargo de una hermana que ha estado mentalmente enferma desde la adolescencia y que ha vivido protegida en el hogar familiar.

Muy a menudo, un hermano adulto comienza a hacer rodar la pelota, invitando a los demás a iniciar este trabajo. He comenzado trabajos con el progenitor sobreviviente y el hijo o hija único. También he entrevistado doce ó quince personas: padres ancianos, hermanos adultos, sus cónyuges y nietos jóvenes, que concurrían juntos para arriesgarse a revelar lo que había estado firmemente clausurado durante tantos años.

Cada vez que conozco a una nueva familia, quedo nuevamente impresionada por los modos como ciertos secretos de larga data impiden a las personas comunicarse en profundidad con las demás, crean relaciones no auténticas y no fiables, y limitan las formas genuinas de expresión. Cuando los secretos se mantienen por décadas, todas las relaciones de la familia se distorsionan por la existencia de alianzas encubiertas y el misterioso ostracismo de ciertos integrantes. Los miembros de la familia se convierten en "desaparecidos en acción", físicamente presentes, pero emocionalmente ausentes. Peleas por motivos aparentemente insignificantes, a menudo los mantienen separados y distantes. Los individuos han sido forzados a asumir roles rígidos que coartaron su desarrollo personal. Las elecciones cruciales de la vida se tomaron sin la información necesaria. Y cada vez que termino una primera entrevista –que habitualmente dura tres o cuatro horas, debido a la distancia geográfica y psicológica que las personas recorren para comenzar este trabajo–, me conmueven, una vez más, el coraje que la gente pone en este emprendimiento y el humano deseo de curarse y conectarse.

"Seguramente lo maté yo": resolver un secreto de 17 años

Una tarde de diciembre recorrí el camino hacia la sala de emergencias psiquiátricas para hacer mi supervisión semanal con los nuevos residentes de psiquiatría que estaban formándose en terapia familiar. Cuando llegué, me encontré con Alan Franco, de 33 años, que había sido llevado a la sala por sus padres: Eva, de 60, y Jack, de 61. Durante las últimas semanas, Alan, que vivía con aquellos, había experimentado una agitación creciente. La noche anterior había amenazado a su madre con un bate de béisbol. "Todos los inviernos atravesamos por esto", dijo el padre de Alan con suavidad. "Este año parece peor que nunca."

Mientras estaba sentada detrás del vidrio de la cámara Gesell, respondiendo consultas a través del teléfono a la joven terapeuta que entrevistaba a los Franco, me pregunté qué podría haber ocurrido en la vida de esta familia para llevarlos a ese punto. Eva y Jack aparecían llamativamente agotados, con las caras casi grises. Alan estaba muy agitado. Se lo veía desaliñado; apenas podía permanecer en su asiento.

De pronto Alan comenzó a gritar: "La historia de Michael, la historia de Michael, tenemos que hablar sobre la historia de Michael". Con una apariencia muy dolida, Jack se inclinó hacia adelante y dijo quedamente: "No estamos aquí por Michael; estamos aquí por ti". La terapeuta preguntó amablemente: "¿Quién es Michael?" "Michael se ha ido", dijo Eva, mientras sus ojos se llenaban de lágrimas. "Era nuestro hijo mayor, el hermano mayor de Alan. Hace 17 años que se ha ido."

Michael había sido un estudiante y atleta brillante y había muerto repentinamente de un aneurisma cerebral cuando tenía 20 años y Alan 17. Se había casado poco antes de su muerte, dejando a su esposa, Sandy, embarazada. Después de la muerte de Michael, Sandy y los Franco habían tenido una agria pelea. Cuando su hijo, ahora de 17 años, nació, les negó a los Franco la oportunidad de estar con él.

Sus pérdidas eran tan dolorosas y abrumadoras, que todos los miembros de la familia habían simplemente dejado de hablar de Michael, su vida, o su muerte. Le sugerí a la terapeuta que averiguara cómo había sido el duelo de cada miembro de la familia por esta terrible pérdida.

"Yo voy sola a mi iglesia todas las semanas. Enciendo una vela y me siento en un banco posterior, a solas", manifestó Eva bañada en lágrimas. Nadie en la familia sabía que hacía esto. "Yo visito el cementerio. Voy solo a la tumba de Michael, dos o tres veces por mes", dijo Jack en forma entrecortada. "Nunca les he dicho a Eva ni a Alan que voy." Alan permaneció en silencio mientras hablaban sus padres y luego se negó a dar su propia respuesta a la pregunta de la terapeuta. A pesar de que no era un secreto en sí mismo, la muerte de Michael se había convertido en un tema tabú, siempre en la mente de cada uno y jamás mencionado.

Me pregunté de qué modo la muerte de Michael había congelado el desarrollo de Alan. Era como si el tiempo se hubiera detenido para él en la adolescencia tardía. Nunca había terminado la escuela secundaria. No trabajaba. No se relacionaba con nadie fuera de su casa. La mayor parte del año pasaba noche y día frente al televisor. Sus padres nunca lo encararon, nunca insistieron para que consiguiera un trabajo o contribuyera con el mantenimiento de la casa. Eva dijo: "Francamente, le tengo miedo. Lo dejo solo. Vivimos a cierta distancia uno del otro, y casi siempre da resultado, excepto cuando se pone así".

Alan "se ponía así" todos los años poco antes de Navidad. A pesar de que no era el aniversario de la muerte de Michael, la Navidad parecía especialmente cargada de recuerdos que los Franco querían evadir. La celebración de la Navidad de la familia había sido rígidamente idéntica durante los últimos 17 años. Eva relató que ella decoraba la casa para "simular que somos felices e iguales a las otras familias". Y Alan se comportaba de forma extraña, amenazadora, enviando otro mensaje poderoso aunque encubierto: "No somos felices, no somos como otras familias".

"Cada año saco un pequeño pesebre que Michael hizo cuando tenía 12 años", dijo Eva. Esta decoración en particular parecía dar la señal para que Alan se pusiera más furioso y apartara a su madre de su obvio dolor. "Preparo una hermosa cena en Navidad", musitó Eva con tristeza, "pero Alan no viene a la mesa. Mi esposo y yo desearíamos poder visitar a nuestros parientes, pero Alan amenaza con que destruirá el apartamento si vamos. Un año, un terapeuta que lo estaba atendiendo nos dijo que debíamos ir de todas formas. Cuando regresamos, Alan había destrozado su cuarto."

Alan había visto ocho terapeutas diferentes desde la muerte de Michael y había pasado un tiempo considerable en un programa de tratamiento psiquiátrico diurno. También había atravesado diversos tratamientos antidepresivos. Pero en 17 años nadie había sugerido que Alan y su familia se debían atender en forma conjunta. Solamente la inminente amenaza de violencia los había traído a nuestra sala de emergencia.

Hacia el final de la primera sesión, Jack comentó: "Sólo tenemos que atravesar la Navidad, luego Alan se calmará nuevamente". Pero la estrategia de "atravesemos la Navidad" ya no funcionaba. Algo tenía que cambiar para permitir a esta familia dejar al descubierto su dolor y comenzar a ponerse en movimiento.

Los Franco utilizaban pocas palabras entre ellos. Me pareció que no los beneficiaría mucho apresurarlos o aun invitarlos a hablar más largamente sobre Michael, su muerte, o la pérdida de su nieto. En lugar de esto, durante el breve descanso previo a la conclusión de la entrevista de familia por ese día, llamé a la terapeuta para que viniera detrás del espejo de la cámara, y le sugerí que pidiera a cada uno de los integrantes que trajera un símbolo para la próxima reunión; algo que mostrara lo que Michael era para ellos. Pensé que al compartir esos símbolos durante la sesión de terapia, podrían ser capaces de cambiar ese esquema de duelo aislado y conectarse más abiertamente uno con el otro. No tenía la menor idea de que esta ceremonia también daría entrada a un secreto que Alan había estado albergando durante 17 años.

Cuando la familia vino para la segunda reunión, se los veía a todos más distendidos, menos ansiosos y sobresaltados. La terapeuta les pidió con suavidad que compartieran sus símbolos. Eva comenzó lentamente. "Traje un poema sobre el amor de una madre por su hijo. Encontré esto en un libro, poco después de la muerte de Michael; lo copié y lo puse en mi billetera. Nunca se lo mostré a ellos." Mientras les leía el poema en voz baja, comenzó a llorar. Jack extendió su brazo y la tomó de la mano. Alan, sentado, permanecía totalmente quieto mientras los ojos se le inundaban de lágrimas. Jack extrajo el anillo de la clase de Michael en la escuela secundaria. Con voz queda reveló que lo había llevado en su bolsillo todos los días desde su funeral. Finalmente, Alan sacó una fotografía de dos hermo-

sos muchachos. La foto había sido tomada en la graduación de Michael de la escuela secundaria. Mostraba a este y a Alan abrazados por los hombros, mientras Michael lanzaba su bonete de graduación al aire.

Sugerí a la terapeuta que cada miembro de la familia entregara su símbolo a los demás, para conectarse de un modo tangible en el dolor –antes solitario– por la pérdida. De modo espontáneo, por primera vez, cada uno comenzó a contar historias sobre Michael. En marcado contraste con la primera sesión, en la que Alan se movía con agitación y gritaba, esta vez atendió con interés a su madre y su padre. Las esperanzas y los sueños de Eva y Jack sobre Michael, largo tiempo escondidos, brotaron a borbotones. Y luego, le tocó hablar a Alan.

"Jugábamos juntos al béisbol todo el tiempo", dijo Alan. Dejó caer la cabeza y se quedó mudo durante tres o cuatro largos minutos. La terapeuta permaneció en silencio, respetando la lucha que libraba Alan para hablar. "Dos años antes de que Michael muriera, le di en la cabeza con la pelota. Fue un accidente. Seguramente lo maté yo", sollozó Alan. El aire mismo de la habitación pareció desaparecer por un momento, en tanto cada uno absorbía la magnitud de lo que Alan acababa de decir. Entonces Eva extendió su brazo y en silencio, tomó la mano de Alan entre las suyas. "No fue así", dijo finalmente Jack a través de sus lágrimas. "No fue tu culpa, nunca fue tu culpa. Nunca supe que pensabas eso."

Durante 17 años Alan había albergado su enorme culpa en secreto. Cuando Michael murió, la familia estaba en tal estado de conmoción, que nadie le comunicó nunca a Alan la explicación médica por la muerte de su hermano. Y él nunca preguntó. Más adelante, Alan había interpretado la brusca interrupción de la relación con su cuñada y su sobrino como una confirmación más de su culpabilidad. A través de todas las terapias que había atravesado, Alan no había mencionado ni una sola vez su creencia acerca de la responsabilidad que le tocaba en la muerte de su hermano. Si algo había logrado la terapia individual, era reforzar el silencio de la familia y su estilo de duelo defensivo y aislado. Uno tras otro, las partes de la gruesa historia clínica de Alan hablaban de "disfunción", "depresión clínica", "duelo no resuelto", "problemas de la personalidad", etc. Pero el significado de la pena irreductible de Alan permanecía tan

secreto e inexplorado como su culpa y angustia no expresadas. Cuando la familia se retiró ese día, Alan se volvió a la terapeuta y le preguntó si lo ayudaría a encontrar alguna buena orientación vocacional. Eva dijo quedamente: "Necesitamos escribir a Sandy".

Los Franco estaban recién al comienzo del largo trabajo que sería necesario para que Alan se convirtiera en un adulto totalmente adaptado y para que la pareja se reencontrara con su nuera y su nieto. Pero ya habían comenzado a cambiar los esquemas de silencio y distancia que habían impregnado a la familia durante tantos años.

La pérdida de Michael había sido tan conmocionante y profunda que las palabras eran simplemente insuficientes. Incapaces de hablar entre ellos sobre la tragedia, los Franco, como muchas familias, se fueron desencontrando en otras áreas de la vida. La separación y el silencio mutuo prepararon el suelo fértil para el secreto autocondenatorio de Alan.

Vivimos en una época en que la conversación es a menudo considerada el *único* modo que las personas tienen de relacionarse y expresarse. Cuando la palabra se hace imposible, es necesario utilizar otros recursos humanos, tales como el afecto, la escritura, los símbolos y los rituales, para procurar la cura y producir un cambio en los tabúes y secretos enquistados.

Una peregrinación al muro: revelar los secretos de Vietnam

"Quiero reencontrarme con mis hijos; me dijeron que usted podría ayudarme. ¿Puede o no?", me preguntó Wally Sims en nuestra conversación telefónica inicial. Había un matiz de enojo e impaciencia en su voz. Le respondí que había muchas cosas que necesitaba saber y lo invité a concurrir a una consulta.

En nuestra primera reunión, Wally, de 48 años, caminó con rapidez desde la sala de espera hasta mi consultorio. Antes de que pudiera formularle una pregunta, se describió a sí mismo como divorciado desde hacía nueve años y sin contacto regular con sus hijos Frankie, de 26, Eloise, de 25, ni con los respectivos cónyuges, ni con sus cuatro nietos pequeños. "No quieren saber nada conmigo", dijo Wally, "y realmente no los culpo. No

fui muy buen padre." Wally pasó a contarme sobre los años de alcoholismo, desocupación intermitente y accesos de enojo incontrolables que lo llevaban a golpear a su esposa y a su hijo. Dijo con remordimiento, tristeza y confusión que su vida había llegado a un punto en el que había perdido a toda su familia.

Cuando conocí a Wally, había estado sobrio durante tres años. Asistía a Alcohólicos Anónimos. Debido a que no había historia de alcoholismo en su familia, me preguntaba por qué se había volcado al alcohol durante tantos años y cómo había decidido hacer un trabajo de recuperación. "Es una larga historia", dijo Wally con un suspiro. Y ciertamente, era una historia sobre la que yo no iría a saber mucho en nuestra primera entrevista. Habló con ansiedad sobre su intenso deseo de ver a sus hijos y a sus nietos. Sin embargo, guardó silencio cada vez que me acerqué al tema de las causas de la interrupción de las relaciones. A lo largo de la sesión, Wally me pareció una criatura asustada y enjaulada. Por momentos se levantaba y recorría el perímetro de mi oficina. En otros momentos permanecía sentado, mirándome, sin palabras, aparentemente sin poder reaccionar.

Al final de la sesión le dije que para que pudiéramos planificar algunas formas de contactar e invitar a sus hijos a una sesión, necesitaba comprender qué pensaba que había pasado entre ellos. "La llamaré", respondió Wally. "Tengo que pensarlo."

Pasaron casi tres meses antes de que nuevamente tuviera noticias de Wally. Los mensajes que dejé en su contestador quedaron sin respuesta, y finalmente llegué a la conclusión de que no quería regresar. Hasta que un día llegó el llamado: "Necesito verla. ¿Puedo verla?".

En nuestra segunda reunión, Wally comenzó en forma tentativa: "Cuando tenía 21 años, fui a Vietnam, infantería. Dudo que usted pueda entender. Nunca hablo sobre esto. Nadie que no haya estado allá puede entender". Y así fue como sobrevinieron dos horas de reunión, llenas de altibajos, mientras Wally luchaba por encontrar las palabras para contarme sobre los sucesos ocurridos un cuarto de siglo antes, que todavía afectaban su vida.

Como miles de veteranos de Vietnam, Wally había vivido en un total silencio acerca de su experiencia en la guerra. Cuando regresó del frente, la cultura que lo rodeaba, que no acepta-

ba lo sucedido, promovió el mantenimiento del secreto. En tanto que el alcance completo de un trauma difícilmente puede ser aprehendido por las palabras, los sentimientos en contra de la guerra de Vietnam crearon un contexto propicio para una ocultación generalizada. Wally no era siquiera capaz de plantearse la cuestión de dónde podría ser seguro hablar y dónde no. Nunca había hablado de la guerra a su esposa, con quien se casó al regresar. Durante sus 15 años juntos, la despertó una y otra vez con los gritos que profería en sus pesadillas; él simplemente le decía que no tenía importancia y que se volviera a dormir. Sus hijos sabían que había prestado servicio en Vietnam, pero nada conocían de su experiencia.

"Sólo los tipos que estuvieron allí comprenden", decía Wally. "Todos los tipos de mi grupo en Veterans Affairs dicen lo mismo: que solamente necesitamos hablar entre nosotros." Le dije que quizá tuviera razón, que comprender totalmente lo que había experimentado podría estar más allá de mis posibilidades, pero que me esforzaría por escuchar con cuidado. Me di cuenta de que la mayor parte de mi trabajo inicial con Wally consistiría en escuchar su dolor.

A lo largo de muchas sesiones, Wally me contó su historia, que había compartido previamente en los grupos de veteranos, pero que mantuvo en secreto ante el resto de las personas. Wally había amado a una mujer vietnamita y tenido una hija con ella. Había planeado casarse y traerla con su niñita a los Estados Unidos, aun cuando sabía que sus padres no lo aprobarían. Pero cuando un día fue a buscarlas, descubrió que ambas habían desaparecido. Nadie pudo decirle si estaban vivas o muertas. Durante mucho tiempo después de su regreso a los Estados Unidos, trató de olvidarlas. "Beber ayudaba", me dijo. Pero, de tanto en tanto, sus estrategias para bloquear este recuerdo fracasaban. En esos momentos, acostumbraba a dejar de tomar por unas pocas semanas y trataba de obtener información sobre ellas secretamente. Las trabas burocráticas hicieron su búsqueda imposible. Con una actitud evasiva y cargada de culpa, se volvía intratable para su esposa y sus hijos, que no tenían idea de lo que le estaba ocurriendo. Después de cada intento fracasado, Wally caía en un estado depresivo y volvía a beber.

Trabajé con Wally a solas durante muchos meses. Comenzó a escribir cartas a la mujer desaparecida y a su hija, que me

leía en la terapia. Gradualmente, llegó a la conclusión de que nunca sabría qué había pasado con ellas. En lugar de tratar de negar su pena y su pérdida, como lo había hecho durante tantos años, para que de todos modos continuaran inundándolo, Wally se permitió mantener sus recuerdos vivos. Sólo ahora estaba listo para tener un intercambio con sus otros hijos. Sin embargo, como luego descubrimos, la disposición de Wally para encontrarse con Frankie y Eloise no era la misma que la que ellos tenían para encontrarse con él.

Los llamados de Wally a sus hijos quedaban sin respuesta. Una carta de Frankie retornó sin haber sido abierta. Entonces escribió a Eloise contándole sobre su terapia conmigo, y ella me llamó y pidió verme a solas. Después de esta entrevista, Frankie se sumó. Ambos hijos querían ver a su padre, pero sus heridas y su enojo eran enormes. Trabajando con el permiso de todos, al comienzo tuve una función de mediadora. Contar su historia era tarea de Wally, pero preparar a Eloise y a Frankie a escucharla era la mía. Entendí que Wally primero necesitaría escuchar y reconocer el dolor de sus hijos. Solamente entonces podríamos ir llenando los huecos en el conocimiento que ellos tenían de su padre. La historia de Wally debía relatarse por su valor intrínseco, y no ser utilizada como un tipo de justificación por lo que había hecho a sus hijos. Creí que serían capaces de recibir a su padre con empatía.

Nuestras primeras sesiones juntos fueron extremadamente difíciles. Frankie estaba furioso con su padre por los años de maltrato físico. Eloise lloraba, recordando los tiempos en que Wally se acercaba, parecía interesarse por su vida y, de pronto, misteriosamente, la hacía a un lado. Yo había preparado a Wally para escuchar sin tratar de defenderse o justificar su conducta de ningún modo. Su pena ante lo que había pasado con sus hijos era profunda y sincera. Después de que Wally pidiera perdón por todas las heridas que había causado, sugerí que hiciéramos un paréntesis de un mes. Durante ese tiempo Wally visitó el hogar de cada uno de sus hijos y comenzó a conocer a sus nietos. También escribió a su ex esposa para contarle lo que estaba ocurriendo entre él y sus hijos, y para decirle cuánto lamentaba todo el daño que le había ocasionado. Ella nunca respondió, pero tampoco se interpuso en la reconciliación entre Wally y sus hijos.

Cuando nos reunimos todos nuevamente, Wally miró a Eloise y a Frankie y comenzó diciendo: "Todavía no puedo hablar con vosotros sobre lo que necesito hablaros. No sé qué hacer. No me vienen las palabras". Sollozando, Wally me miró y me dijo: "Lo siento, no puedo hacerlo". Eloise y Frankie estaban desolados. ¿Qué necesitaba contarles su padre que no podía o no quería decir?

Wally y yo habíamos conversado previamente sobre el monumento a los caídos en Vietnam en Washington, DC. Wally había pasado muchos años evitando todo lo que tuviera que ver con esa pared. Tiraba las revistas que la mencionaban. Apagaba la televisión cuando la mostraban. Siete meses antes de que me llamara por primera vez, había visitado finalmente la pared con un compañero de su vieja unidad. "Es lo que, en principio, hizo posible que la llamara", me dijo más tarde.

Pregunté a Eloise y a Frankie si podría hablar con su padre a solas, por un momento. "¿Le ayudaría si los llevara a la pared?", quise saber. "Sus hijos tendrán un vistazo de lo que le ocurrió a usted y de lo que significa. No necesitará hablar, ¿entiende? A menos que quiera hacerlo."

Y de ese modo, Wally, Eloise y Frankie fueron juntos a Washington para visitar la pared. Wally les mostró los nombres de los caídos a quienes había conocido personalmente. Más tarde este mismo día, mientras estaban sentados en la habitación de hotel de Wally, este comenzó a deslizar algunos de los secretos que había mantenido tanto tiempo, incluyendo la historia de su primer amor y su primera hija.

Cuando volvieron a verme, Frankie y Eloise explicaron que su vida tenía ahora otro sentido. "Siempre sentí como que arrastraba algún tipo de vergüenza", dijo Eloise, "y nunca la entendí. Pensaba que era porque mi padre bebía, pero en realidad, su alcoholismo nunca fue una explicación suficiente para mí. Ahora veo que era la vergüenza de mi padre por no haber sido capaz de proteger a su primera familia. Puedo poner esto en su lugar y no pasárselo a mis hijos." Frankie tomó la palabra para decir que enterarse de que tenía una media hermana que muy posiblemente nunca conocería, de la que ni siquiera iría a saber si todavía estaba viva, lo hacía sentir muy triste. "Pienso que ahora tengo alguna idea de lo que habrá sido la odisea de mi padre", manifestó Frankie.

"¿Nos has dicho todo?" quiso saber el hijo. Wally respondió: "Todavía hay cosas que no he dicho. Hay atrocidades sobre las que no puedo hablar. Creedme que ocurrieron. La pared las contiene. Es suficiente".

Como en muchas familias donde se revelan secretos largamente mantenidos entre padres e hijos adultos, Frankie y Eloise tenían que reinterpretar sus vidas y volver a dar forma a sus relaciones, a la luz de la nueva e inquietante información. La visión de su padre como el peor y más absoluto villano, que habían sostenido por tanto tiempo, se suavizó. En su lugar, comenzaron a construir un cuadro más complejo: el de un hombre que pudo amar, sufrir, causar dolor, ser egoísta, sentir miedo y confusión, y por fin hacer el trabajo que era necesario para ser sinceramente perdonado.

Encontrar nuestras voces

Ella Jackson, de 38 años, me llamó en medio de una terrible crisis. Acababa de descubrir que su hija Kay, mentalmente retrasada, de 16 años, había sido repetidamente violada en su escuela por dos porteros. Kay había guardado en silencio este violento abuso durante cuatro meses, temerosa, dijo, de "causar problemas a alguien" y en especial preocupada porque podría sobresaltar a su madre. Mientras guardó el secreto, sin embargo, Kay comenzó a mostrar profundos cambios de personalidad, volviéndose intensamente hostil y enojada con los miembros de la familia, en contraste con su dulzura habitual y su naturaleza tranquila. Por último, durante una visita a la clínica pública local, Kay descubrió que estaba embarazada. Fue entonces cuando reveló a su madre el terrible secreto de las violaciones.

El pedido inicial de Ella fue convocar a una reunión que incluyera varias autoridades de su iglesia. La enfermera de la clínica que había comunicado la noticia del embarazo de Kay también había informado a Ella, sin miramientos, que arreglaría para que se practicara un aborto. Dado que el aborto era inconcebible en su religión, Ella tomó a Kay y salió presurosa. "Quiero estar segura de que usted comprenderá, y respetará nuestra fe", explicó Ella. En nuestra reunión, las autoridades de la iglesia parecieron interesadas, en principio, en enterarse

de quién era yo y qué podría ofrecer a la familia. Siguiendo la dirección que imprimieron a la reunión, ni siquiera mencioné el tema del aborto. Más tarde me enteré de que mantuvieron su propia reunión y decidieron que debido a las circunstancias extraordinarias del embarazo de Kay y a su discapacidad, un aborto era, además de permisible, lo más adecuado.

Dos días después de la reunión con las autoridades de la iglesia, comenzamos nuestra terapia familiar. Cuando me reuní por primera vez con esta familia afronorteamericana, que incluía al esposo de Ella, Samuel, de 45, y a su hijo Emmett, de 19, me sorprendió lo abatidos que estaban. Me recordaban el cuadro que había presenciado en familias que acaban de experimentar una muerte súbita e inesperada. Desde que se habían descubierto las violaciones, nadie en la familia estaba realizando las tareas que toda familia requiere: cocinar, lavar y planchar la ropa, abrir la correspondencia, pagar las facturas. Emmett había dejado de ir a sus clases en la universidad porque estaba muy preocupado por su hermana y su madre. El trabajo inicial sería lograr que retomaran su conducta habitual.

Dediqué mucho tiempo a Kay en nuestra primera reunión de familia. Parecía muy asustada y confusa. La palabra *violación* ni siquiera existía en su vocabulario. La primera vez los porteros la habían atraído a la pieza donde estaba la caldera con promesas de regalos. Las siguientes, la amenazaron e insistieron en que fuera con ellos. Me dijo que comenzó a gritar a todos en la casa, pero nadie, incluida Kay misma, comprendía su pedido de ayuda. Le pregunté si continuaba gritando ahora. "Desde que descubrieron esto", respondió Kay, mirando en derredor a su familia, "se fue todo mi enojo." Con una total simplicidad y claridad, esta joven débil mental captó la transformación que acompaña a la revelación de un secreto mantenido bajo coacción.

Durante esta primera reunión, Kay habló en un susurro. Me pregunté a mí misma si esto era por haber sido violada o si se sentía atemorizada por mí. Cuando se retiró ese día, Ella me llevó aparte y me dijo que esa era la forma en que Kay hablaba siempre. Me pregunté por qué, pero dejé el tema para más adelante.

Cuando ese día comencé a conocer a la familia, me llamó la atención una obvia paradoja. Todos proclamaban que Ella era extremadamente fuerte e imbatible. Había criado a sus dos hijos sola, desde su nacimiento hasta hacía tres años, cuando

se casó con Samuel. Al mismo tiempo, la familia parecía tratarla como si fuera muy vulnerable. Me sentía confundida, pero primero debía prestar atención a la obvia crisis de la familia.

Cuando realizamos nuestra segunda sesión, unos días más tarde, Kay ya había sido transferida a otra escuela. La familia trató de llevar a juicio penal a los hombres que habían atacado a Kay. Pronto descubrieron que el fiscal del distrito no llevaría adelante los cargos, aduciendo que se trataba de la palabra de dos hombres –que, por supuesto, los negaron– contra la palabra de una niña con retraso mental. La oficina del fiscal del distrito no consideró a Kay una testigo creíble para hablar en nombre propio. La familia estaba desesperada. Samuel y Emmett me dijeron que querían hacer justicia por mano propia. Pude convencerlos de que si actuaban de esa forma se pondrían en grave riesgo. No obstante, la familia necesitaba, desesperadamente, justicia. Descubrieron que la compañía de conserjería que había contratado a estos dos hombres y prestaba el servicio escolar había recibido e ignorado otras demandas por abuso. La familia entabló una causa civil. Dos años después de que termináramos nuestro trabajo conjunto, ganaron el juicio.

Ella se había ocupado de sostener y ayudar a su hija en el trance del aborto, y había trabajado en estrecha cooperación conmigo para conseguir que llevara a cabo una terapia de orientación para crisis de violación, pero ahora parecía estar derrumbándose. Después de haber sido siempre el pilar en el que se apoyaba el resto de la familia, de repente dejó de poder desempeñarse con normalidad. "Necesito enviar a Kay a lo de mi madre por un tiempo", me dijo Ella llorando. "No puedo ayudarla. No sé qué hacer." Samuel me miró y dijo: "No quiere comer, no puede dormir, no va a trabajar. Nunca la he visto así. ¿Qué está pasando?". En ese momento Ella exclamó: "Mira lo que le ha pasado a Kay; nunca aprenderá a reconocer el peligro". Ella parecía fuera de sí. Repetía una y otra vez: "Nunca podrá aprender a reconocer el peligro". Traté de convocar la habilidad de Kay para resolver problemas: ¿podría ayudar a Kay para que aprendiera a reconocer el peligro? Se mostraba inaccesible. "Reconocer el peligro" evidentemente tenía algún sentido más profundo que necesitaríamos descubrir. "¿Desearía verme a solas la próxima vez?", le pregunté a Ella. Cuando respondió: "Sin ninguna duda", el resto de la familia asintió con alivio.

Ella llegó sola, y antes de que pudiera preguntarle cómo estaba, comenzó a hablar. "Me violaron cuando era una niña pequeña. Lo hizo un miembro de la familia. Hace tiempo que dejé de pensar en esto. Me dije que esto no ocurriría nuevamente. Y ahora le ocurrió a Kay." Después de esta revelación Ellen quedó en silencio. Permanecimos así, juntas, durante unos minutos. Luego le pregunté suavemente a quién le había contado lo que le había ocurrido en aquella oportunidad. En lugar de contestar, cambió de tema bruscamente. Traté de hacerla volver al punto del que había partido, pero era como si nunca lo hubiera mencionado. Era evidente que me había contado un secreto largamente guardado, y de inmediato se sintió muy insegura. Necesitaría trabajar con ella para construir un entorno lo suficientemente amplio como para que contuviera la enormidad de su experiencia. Creí que podríamos abordarla a través de otra historia familiar, de modo que invité a Ella a que me contara sobre su educación y su familia extensa.

Ella era la mayor de cuatro niños. Su padre murió cuando ella tenía siete años, justo después del nacimiento de su hermana menor. Su madre, Bernice, no tenía preparación ni ingresos. Después de un año de recibir ayuda social, Bernice envió a Ella desde el pequeño apartamento en el Bronx, a Georgia, donde viviría con su hermana mayor y su cuñado. Estos tenían una buena posición; disponían de una gran parcela de tierra y no tenían hijos. "¿Por qué, de entre todos sus hermanos, fue usted la enviada a vivir a otro lado?" le pregunté. "No tengo idea", replicó Ella tímidamente.

Ella había sido enviada a una pesadilla. Soportó años de terrible abuso físico y emocional por parte de su tía. Le pegaban caprichosamente; la forzaban a hacer trabajos que iban más allá de su capacidad de niña pequeña y no le mostraban las cartas de su madre. "Otros chicos también fueron a vivir allí, pero yo era la única a quien mi tía le pegaba", relató Ella. Nuevamente le pregunté por qué creía que ocurría esto, y de nuevo Ella se encogió de hombros y dijo: "No tengo idea".

"Ahorré dinero suficiente cuidando niños, y cuando tenía 15 años me escapé y volví a Nueva York en autobús. No tenía idea de dónde estaba mi familia. Quedé embarazada de Emmett y el hombre me dejó. Lo mismo con Kay. Encontré mi iglesia; me recibieron. Poco a poco encontré a mi familia", me contó Ella.

A la edad de 20 años, sin haber terminado la escuela secundaria, Ella se había transformado en el centro vital de toda su familia extensa. Con dos niños pequeños a cuestas, volvió a la escuela y consiguió una beca para una universidad del estado, mientras sostenía a su joven familia por medio de un subsidio de bienestar social, hasta que se graduó y consiguió un buen trabajo. Nunca le contó a su familia sobre nada de lo que le había pasado en Georgia, y nunca nadie le preguntó.

"¿Cuál ha sido el impacto de la raza y el racismo en su vida?" le pregunté. En ese momento Ella aspiró profundamente. "Usted me había preguntado por qué creía que me habían enviado a Georgia, y le dije que no sabía. Y antes todavía, me preguntó por qué pensaba que era la única a quien mi tía le pegaba, y le dije que no sabía. Sé. Es porque soy la más oscura de mi familia. Nunca le dije esto a nadie."

Algo profundo había cambiado entre Ella y yo. Algo había hecho posible que me contara a mí, su terapeuta blanca, el doloroso secreto. Hablamos durante largo tiempo sobre lo que esto significaba para ella. Ella había pensado mucho sobre el color de la piel, sobre la historia de los afronorteamericanos en este país, sobre los efectos del racismo sobre su propia familia y en su vida diaria, pero nunca le había hablado a nadie sobre esto. Tomé su apertura de ese momento, como una señal de que me daba permiso para volver a la pregunta de la que había huido antes, en esa entrevista.

"Quisiera volver al punto donde comenzamos esta tarde", empecé a decir. "Sí, ahora puedo hacerlo", dijo Ella. Dos primos adolescentes iban regularmente para trabajar en lo de los tíos. Pronto vieron a esta niña de nueve años como una presa fácil; así sobrevinieron años de intimidación y abuso sexual. Cada vez que iban, Ella trataba de esconderse. Pero era su trabajo llevarles bebidas frías y ellos se burlaban del otro lado de la ventana hasta que Ella salía. Una vez trató de contárselo a su tía, pero esta, enojada, se negó a creerle. "En todo caso", declaró la tía, "si algo pasó, debe ser tu culpa. Los debes de haber provocado." Eso fue lo último que Ella dijo sobre el hecho durante 26 años.

Más tarde, cuando comenzaba la adolescencia, su tío empezó a mostrar un interés sexual rapaz por ella. Cuando salía de la ducha lo encontraba al acecho. Cuando la encontraba a solas en el desayuno, hacía comentarios desagradables acerca de sus se-

nos. "Había armas en la casa. Decidí que le pegaría un tiro si me tocaba. Pero sabía que iría presa", dijo Ella. Fue en ese momento cuando escapó. Era una historia mucho más compleja de la que me había contado tan sólo una hora y media antes.

"¿Cómo sobrevivió?", le pregunté. "La gran literatura me salvó la vida", replicó Ella. "Era socia de una biblioteca y sacaba novelas y obras de teatro y las leía; vi que otras personas vivían de forma diferente que yo. Y supe que algún día yo también viviría de una forma diferente."

Ahora comprendía lo que había conducido a Ella a exclamar desesperadamente que Kay nunca sería capaz de aprender a reconocer el peligro. Le pregunté cuáles pensaba que eran las diferencias entre la situación que ella había vivido de niña y lo que le había ocurrido a su hija. Ella pensaba que la única diferencia era que ella tenía la capacidad cognitiva de darse cuenta de su situación y, en última instancia, escapar. Le señalé que había una diferencia más importante: "Kay está en relación con usted, en una relación de confianza y amor. Usted escuchó su dolor, le creyó. Cuando eso mismo le ocurrió a usted, nadie le creyó y usted tuvo que guardar silencio".

Cuando Ella se levantó para retirarse ese día, me abrazó y me dijo: "Por primera vez no me siento avergonzada; no me siento culpable. De hecho, me siento como cuando me subí a ese autobús que dejaba Georgia. Más liviana, un poco más liviana".

Cuando Ella regresó para la siguiente sesión, vino con Samuel. Yo no estaba segura de si le había contado sobre nuestra entrevista, pero percibí claramente que el secreto que había compartido conmigo se había convertido en algo privado. Ella determinaría si quería revelarlo a otros, pero nadie más que ella tenía derecho sobre su historia. Rápidamente se hizo evidente que todavía no le había contado a su esposo sobre nuestra conversación, pero, obviamente, tenía otro espíritu, al igual que toda la familia. Trajo a Kay de vuelta a la casa, diciéndome que se daba cuenta de que mandarla a otro lugar tenía muchas reminiscencias de lo que le había ocurrido a ella. Samuel me dijo: "¡Kay está tan feliz de volver a casa! Emmett la acompaña hasta el autobús que la lleva a su nueva escuela y, por su parte, ha vuelto a la universidad. Y yo estoy tan contento de ver a Ella dormir profundamente de noche". "Me siento más fuerte", comentó Ella. "¿Qué le permitió sentirse más fuerte?" le pregunté. "Creo

que nuestra charla de la última vez", respondió Ella indirectamente. "Ahora veo que Kay *puede* reconocer el peligro."

En la siguiente entrevista que mantuve a solas con Ella, le dije que creía que probablemente hubiera otras personas a quienes ella querría contar su historia. Nunca presupongo que las personas que han sufrido un trauma necesitan años de terapia, ni que nunca se habrán de recuperar. Por el contrario, busco establecer una alianza con su capacidad de adaptación y su coraje, que a Ella no le faltaban. Y trato de promover una curación posterior a través de las relaciones con la familia y los amigos. La generosidad, la empatía y el contar con otras personas como testigos, por *fuera* de la terapia, son los recursos de un cambio duradero.

"Quiero hablar de todo esto con mi propia madre", me dijo Ella. "No quiero culparla o que se sienta avergonzada, pero me he dado cuenta de que este fue un suceso crítico en mi vida; ella necesita saberlo." Ella decidió ir al apartamento de su madre a hablar. Cuando me vio en la siguiente entrevista, me contó que su madre había llorado y la había confortado mientras oía su terrible historia. Como sucede a menudo, después de que Ella le revelara a su madre este doloroso secreto, esta le reveló un secreto de su propia vida. "Después que terminé de hablar, su llanto fue en aumento y me contó que había sido violada por un hombre blanco en el sur, cuando tenía 18 años." Ella levantó su cabeza y enderezó sus hombros. "Se acabó, Evan", declaró. "Al menos hay tres generaciones de mujeres en mi familia de las que se ha abusado sexualmente y han *guardado silencio*. No nos quedaremos más en silencio."

Nuestra siguiente entrevista incluía a Kay. No la había visto durante muchas semanas, y me sorprendió que ahora hablara con un tono normal. Kay había dejado su tono de susurro. Todavía no había oído el secreto de su mamá; no obstante, de algún modo sabía que hablar en voz más alta era algo bueno y que podía hacerlo. Estaba segura de que veía una nueva confianza en su madre, que a su vez le permitía a ella sentir más confianza. Kay me contó todos los modos de cuidar su seguridad que conocía y refirió que se los había enseñado a su amiga íntima. Prosiguió luego quejándose de que su colegio conseguía trabajos para los estudiantes, pero que a aquellos que pertenecían a la educación especial, se les pagaba menos que a los estu-

diantes comunes, por los mismos trabajos. "No es justo", exclamó Kay. "Estoy de acuerdo", repliqué. "¿Qué quieres hacer con respecto a eso?" "Quiero reclamar ante el director." Practicamos un poco en la sesión. Al día siguiente fue a la escuela, reclamó ante el director y consiguió que cambiara toda la situación.

Ahora Ella había decidido contar su historia a su hermana menor, Dawn. La relación con esta era tormentosa, dado que Dawn estaba muy celosa de Ella. Esta preguntó si podría traer a Dawn a una sesión conmigo. Una vez más Ella tenía la oportunidad de contar su historia y recibir apoyo, propiciando su propia cura con cada relato. "Ojalá lo hubiera sabido", dijo Dawn. "Todos estos años pensé que eras la afortunada por haber sido enviada a Georgia. Pensé que estabas cómoda mientras nosotros la pasábamos mal. Estaba resentida contigo, y muy enojada con mamá."

Después de su charla con Dawn, Ella reunió a su madre y a sus hermanos en el apartamento de aquella para hablar sobre el color de piel, rompiendo este terrible tabú que subyacía en muchas relaciones en la familia. "Les dije que no podemos fingir más sobre esto", expresó Ella después de la reunión con su familia. "Todo es muy complicado, y creo que esta conversación fue sólo el comienzo."

Finalmente, próximos a la conclusión de once meses de trabajo conjunto, Ella se sintió preparada para contar la historia del abuso sexual a su esposo e hijos. Había planeado hacerlo en una reunión de terapia familiar, pero un día llegó a su casa en medio de una discusión entre su esposo y sus hijos. Se volvieron hacia ella cuando entró en el apartamento, insistiendo cada uno en que tomara partido. Cansada de ser vista como imbatible por su esposo e hijos, y queriendo compartir finalmente la carga, Ella dijo: "Sentaos, tengo algo para deciros". Así, les contó toda la historia. Luego anunció con firmeza: "Vosotros no podéis simplemente esperar que yo resuelva todos los problemas en esta familia. Tenemos que resolverlos juntos".

Secretos de terror, intimidación, abuso y dominio habían robado a generaciones de mujeres la plenitud de sus voces en la familia Jackson. A pesar de esto, mantuvo su fortaleza. Cuando el terrible secreto de Kay brotó, Ella casi se desploma, atrapada en el tornado de los recuerdos de su propia violación.

Pero pronto encontró su voz, primero en la seguridad del consultorio y de nuestra relación, y luego, lo que es más importante, con su familia. Al encabezar Ella este movimiento, Kay ganó coraje para hablar y su madre reveló un secreto que tenía medio siglo. Como con muchas familias que he tenido el placer de conocer, comunicar la propia verdad, con amor y preocupación por los demás, produce vidas más auténticas y más profundas, y relaciones más fiables.

Epílogo: Secretos de hoy y de mañana

En 1997, mientras terminaba este libro, los diarios, las revistas y la radio estaban invadidos por la polémica acerca del suicidio asistido. El suicidio asistido de un enfermo terminal, un tema tabú 10 años atrás, se ha transformado en tema de debate abierto en los últimos cinco años. La nueva tecnología, capaz de prolongar la vida en casos de enfermedad terminal, ha traído consigo nuevos y dolorosos dilemas. Al mismo tiempo, las organizaciones que luchan por los derechos de los pacientes, especialmente entre las personas con SIDA, han planteado que las personas con una enfermedad terminal tienen el derecho de tomar decisiones acerca de cuánto sufrimiento pueden tolerar. Y en tanto los abogados, los especialistas en ética, los médicos y los expertos exponen las ventajas y desventajas de esta práctica, la misma se desarrolla en secreto: un profesional prescribe una medicación a un paciente que se está muriendo y durante 20 minutos le da sus instrucciones y advertencias acerca de los modos erróneos de utilizarla, que podrían resultar mortales. Sin más palabras, ambos conocen el significado de esta conversación y el secreto que pronto irá a la tumba. Un médico ayuda secretamente a un paciente con cáncer, que está sufriendo, a morir, y luego se arriesga a escribir sobre esto en una publicación científica. Una familia se escinde cuando un hijo adulto lleva a su madre a tribunales para evitar que concrete su plan secreto de visitar al doctor Jack Kevorkian con su esposo, que está afectado del mal de Alzheimer. En una repetida danza macabra, el doctor Kevorkian encarna el secreto del suicidio asistido, seguido paso a paso por los medios en la revelación del secreto.

En el verano de 1997, la Corte Suprema de Justicia de los Estados Unidos se expidió sobre el tema de la legalidad del

suicidio asistido por un médico. La corte decidió mantener la prohibición. Los secretos asociados a una actividad ilegal que, no obstante, es practicada al menos por un quinto de los médicos y las enfermeras en la actualidad, permanecen vigentes. Los malentendidos sobre lo que verdaderamente están pidiendo los enfermos terminales continúan, en una atmósfera marcada por el engaño y la falta de dirección. Si un fallo posterior de la Corte determinara que el suicidio asistido es un derecho protegido, surgirían nuevos secretos sobre las personas que terminan su vida sospechosamente rápido dentro de un contexto de coerción familiar o de la aseguradora de salud. Una nueva serie de secretos aparece en escena y debemos hacer algo con ellos.

Cuando nuestros padres estaban creciendo, ni ellos ni sus padres tenían que vérselas con los secretos que se tejen alrededor del suicidio asistido. A su vez, se enfrentaban a otros secretos. En 1998, o en el 2000 o en el 2050, seguramente aparecerán nuevos temas para los secretos. Y del mismo modo que nuestros padres, abuelos y bisabuelos, nosotros y nuestros hijos y nietos continuaremos lidiando con el engaño, las mentiras, la seguridad, la protección, buscando justicia en las relaciones y experimentando la congoja y la alegría de la revelación, mientras nos vamos construyendo a nosotros mismos y entre nosotros, mutuamente, al crear, guardar y revelar secretos.

Notas

1. Para un debate académico de esta terapia familiar, véase E. Imber-Black, "Secrets in Families and Family Therapy: An Overview", en E. Imber-Black (comp.), *Secrets in Families and Family Therapy.* Nueva York, W. W. Norton and Co., 1993, pp. 4-28; E. Imber-Black, "Ghosts in the Therapy Room", *The Family Therapy Networker*, mayo-junio de 1995, pp. 19-29. Trabajar con esta familia modificó gran parte de mi pensamiento previo sobre las familias y los secretos, y me ayudó a desafiar las ortodoxias que predominan en el campo de la terapia familiar. He analizado su influencia sobre mi pensamiento en E. Imber-Black, "Odysseys of a Learner", en D. Efron (comp.), *Journeys: Expansion of the Strategic-Systemic Therapies.* Nueva York, Brunner-Mazel, 1986, pp. 3-29.

Indice temático

aborto:
como tabú social 85
secreto ante el cónyuge 173-4
y abuso sexual 343-5
y adolescentes 43
y confianza 39
y creencias religiosas 91-2
y violación 343-4, 345
abuso, *véase* abuso de los niños; abuso sexual; abuso del cónyuge
abuso de drogas, como secreto peligroso 41
abuso del cónyuge 109, 234, 261-2, 264
como secreto peligroso 41
negación del grupo religioso del 93
privacidad vs. secreto de 42
y protección 38
abuso de los niños 37
como secreto peligroso 279-81
e intimidación 61, 279-80, 350-1
generaciones de 185, 346, 347, 349-50
y confianza 281
y delitos posteriores 93
y el deber de advertir 41
y lealtad 280
y religión 93, 128-33
y vergüenza 71-2
abuso sexual:
de la abuela 202-6
de los adolescentes 30, 41, 184-5
generaciones de 184-5, 346, 347, 349-51
intimidación y amenazas en el 61, 280
pérdida de la confianza en 61, 281
privacidad vs. secreto del 42
violación 97, 101-2, 343-51
y aborto 343-4, 345
y culpar a la víctima 97
y embarazo 343-51
y hombría 101, 102
y lealtad 280
y silencio 97-8, 101, 185, 279-80
acoso sexual 98
adicción:
al alcohol 70, 301-2
a las drogas 265-70
a los tranquilizantes 30, 66-7
como un secreto peligroso 41
y adopción 120

adolescentes 295-322
abuso sexual de 30, 41, 184-5
cargas de los 301-3
e inmigración 54-7, 309-14
embarazo de 43, 87, 173
engaños de los 39
fuga 308-9
identidad de 314-22
independencia en desarrollo de los 37-8, 60, 295-8
peligrosos 307-9
protección de 54-7
véase también padres
y abortos 43
y privacidad 43, 305-7
y secretos esenciales vs. 299-300
adopción 114-22
abierta 109; 117
del nieto 87
de niños difíciles de ubicar 120
descubrimiento en 68, 116-2
e identidad 115, 122
e ilegitimidad 51, 173
informal 88
revelar el secreto de 84-5
y archivos de ordenador 189
y duelo 116
y genética 116, 122, 210, 220, 222
y madre biológica 87-8, 108-9, 115, 118-9
y privacidad vs. secreto 42, 118-9
y robo de bebés 120-2
adultos, *véase* padres
alcoholismo 41, 70, 301-2
Alemania nazi 81-3, 274-5, 297-8
anorexia 213-6
ansiedad:
y automutilación 266-7
y conducta para distraer la atención 33-5
y confesión no planeada 40, 158
y fantasía 28
y lavar las manos 324-32
y lealtad 273-5
árbol genealógico 311
aseguradora de salud 133-7
autoculpabilidad, y estigma social 83-5
automutilación 264-70
autonomía vs. fidelidad al grupo 67
aventura, extramatrimonial:
de los padres 27-8, 74, 302
privacidad vs. secreto de 42
y compromisos 236-9
clase social 94-6
diferencias de 252-5
Estudio de Tuskegee 111-4
cláusulas mordaza 134
compromisos 225-58
confianza en 230-5
construyendo 227-30
de parejas mixtas 247-52
e intimidación 230-2
explorar secretos en 235-6
homosexuales y lesbianas 242-7
poder en 23
separación y divorcio 256
sin secretos/, la norma de 233
y aventuras extramatrimoniales 236-9
y cambio social 227

y clase social 252-5
y peleas 239-42
y terapia de pareja 225-64
conducta:
como distracción 33-5, 315-6
como metáfora de secretos innombrables 34
como señal 278-9
efectos de los secretos sobre 171-2
confesar, *véase* revelación de un secreto
confesión, *véase* revelación de un secreto
confesión anónima 187
confesión coaccionada 191
confesión planificada 39-40, 192
confesiones junto al lecho de muerte 184-5
confianza:
y abuso de niños 281
y abuso sexual 61, 281
y automutilación 267
y compartir secretos 36-7, 230-6
y hermanos 61-2, 272
y la privacidad 58-9
y los ordenadores 189-90
y los padres 61-2, 276-7, 303-4
y secretos nocivos 39
confidencialidad:
de las historias clínicas 136, 190-1
límites de 201
y la ética 64
y la obligación de dar aviso 41
y la relación médico-paciente 133-7
cónyuge:
aventuras extramatrimoniales de 27-9, 42-3, 74, 236-9, 302
exclusión del 62-4, 65
explorar los secretos con 235-6
pegar al, *véase* abuso del cónyuge
secretos financieros ante 62-3, 99-100, 234-5
traicionar al 37
véase también matrimonio
y enfermedad 102
y secreto de embarazo 173-5
culpa, en la muerte de hermanos 334-8
culpar al cliente/paciente 332
derecho de saber 39, 169, 290-1
distracción, conducta como 33-5, 315-16
división, sentido de 45-6
divorcio:
como tabú social 107-8
separación y 256-8, 308
y niños 39, 281-7
donación de óvulo fecundado 42
dudas propias 39, 215
elecciones de ocultar y revelar 163-93
bienestar y 169
conducta afectada por las 171
confesiones junto al lecho de muerte 184-5
cuándo contar 176, 182-5, 290-1
con los niños 291-2
derecho a saber y 169, 290-1
dividir lealtades y 178

enojo y 177
integridad personal y 179
intimidación y 175-6
modos de contar 186-93
motivos para ocultar 171-7
motivos para revelar 177-82
propiedad y 163-8, 173-4, 180-1
protección y 175
reabrir una relación en 181-2
sacarme un peso de encima 178
vergüenza y 176-7
vulnerabilidad y 166
y premisas compartidas 170
y relaciones que sufren la influencia del secreto 170
embarazo:
de adolescentes 43, 87, 17
y abuso sexual 343-51
y examen de HIV 217-9
y nacimiento extramatrimonial 328-313
enfermedad:
del cónyuge 102
mental 47-52, 53, 54-5
privacidad vs. secreto de 44-5
terminal 184-5, 210-2
y muerte 54-55
y niños 29, 288-90
véase también SIDA
enfermedad mental:
oír voces 54-7
temor de 54
vergüenza de 47-52, 53
y suicidio 48-9, 50-1
errores médicos 134
esclavitud, *véase* raza
Estudio de Tuskegee 111-4
familias:
abuso en, *véase* abuso de niños; abuso sexual; abuso del cónyuge
disfuncional 79
esquemas de 52-4, 57, 59
etapas de desarrollo 32-3, 73
identidad de 36, 67-8
relaciones en 52-7
rituales de 75-6, 183-4
género 96-103
anorexia y 213-6
e intimidación 231-2
ideas acerca de la masculinidad 99-101, 102
véase también abuso sexual; abuso del cónyuge
y confesión a través de los medios 156
y el examen de HIV 218-9
y la mujer "buena" 215
y poder 234
y secretos financieros 98-9
y sexo anterior al matrimonio 330
genograma (árbol genealógico) 311
grupo étnico 89-90
parejas mixtas 247-52
y la Alemania nazi 81-3, 274-5, 297-8, *véase también* raza
hermanos, *véase* niños
historias clínicas
confidencialidad de 136, 190-1
HIV/SIDA 109
activismo del paciente y 353

exámenes de 217-20
y propiedad del secreto 163-8, 217-20
y tabúes raciales 84
homosexualidad:
ante todos 58-9
anuncio en Internet de la 188
como el secreto de uno de los miembros de la pareja 31, 242-7
como secreto mantenid
como tabú social 109, 164, 244
negación de la 109, 211-2
salida de la 191, 242-3
y compromiso 242-7
identidad, sentido de 36
ilegitimidad:
como tabú social 115-6, 328-31
y adopción 51, 173
inmigrantes:
ilegales 201-2
y adolescentes 55-7, 309-14
inseminación por donante 61-2, 99, 123-7, 221-3
integridad personal 67, 179
intimidación 175-6
en el abuso de niños 61, 279-80, 350-1
en secretos peligrosos 42
y compromiso 230-2
lealtad:
alto precio de la 301-3
del individuo vs. el grupo 67
dividida 178
en casos de abusos de niños 280
y ansiedad 273-5
matrimonio:
mixto 247-52
secreto 86-7
separación y divorcio 39, 107, 256-8, 281-7, 308
véase también compromisos
volver a casarse 69-70
y aventuras extramatrimoniales 27-9, 42-3, 74, 236-9, 302
matrimonios mixtos 247-52
medios 143-61
confesión auténtica en 157-61
contención posterior de los 151
mitos nocivos de 152
programas televisivos tipo magazine 153-7
talk shows 145-52
y dimensiones de género 156
y falta de responsabilidad 148
y suicidio asistido 353-4
miedo:
de defraudar a los padres 277-9
de enfermedad mental 54
de revelar un secreto 32
en niños objeto de abuso sexual 279-80, 350-1
en secretos peligrosos 42
movimientos sociales 108, 116, 353-4
nacimiento:
origen de 42, 61-2, 319; *véase también* adopción
por fuera del compromiso

del matrimonio 51, 116, 173, 328-31
por inseminación de donante 61-2, 99, 123-7, 221-3
tecnologías de la reproducción 42, 109, 122-7
niños 261-304
adoptados, *véase* adopción
adultos que guardan secretos ante 59-62
automutilación de 264-70
cargas de los 275-9
como confidentes 60
conducta de, como distracción 33-5
hermanos 61-2, 272-3, 334-8, hermanos adultos, *véase también* padres
lealtad de 273-5
protección de 29, 263, 267-8, 288, 321
revelar secretos a 291-2
robo de bebés 120-2
secretos de 60, 270-2
y derecho a saber 290-1
y divorcio 39, 281-7
y enfermedad 29, 288-90
norma de "sin secretos" 233
normas familiares 44, 67-8
obligación de dar aviso 41
ordenadores:
confesión de un secreto en 187-91
historias clínicas en 189-91
historias sensacionalistas en 189
padres 261-92
adicciones de los 30, 66-7, 70, 120, 265-70, 301
aventuras extramatrimoniales de 27-9, 74, 302
desaparición de 54-7
desconocidos 87-9, 103-7, 314-22
divorcio de 39, 281-7
en prisión 33
en tecnologías de la reproducción 122-7
exclusión de uno de los 60-1
inmigrante 309-14
manipulación de 207-10
miedo de defraudar 277-9
niños objeto de abuso por los, *véase* abuso de niños; abuso sexual
nuevo matrimonio de 69-70
secretos que mantienen ante los niños 59-62
triángulos con 303-4
véase también niños; adolescentes
y confianza 61-2, 276-7, 303-4
parejas de lesbianas, y compromiso 242-7
parejas homosexuales, *véase* homosexualidad
parejas mixtas 247-52
poder:
de decidir qué es lo mejor 60-2
desequilibrios de 38, 85-107
y género 234
y guardar secretos 30, 108, 234
y secretos peligrosos 42
premisas, compartidas 170
privacidad:
cambiantes conceptos de 43-4
normas familiares de 44, 67-8

violación de 59
vs. necesidad pública de conocer 219
vs. secreto 42-6, 118-9
vs. secretos peligrosos 42
y adolescentes 43, 305-7
y confianza 58-9
profesionales:
crear secretos con 64-6
culpar al cliente/paciente 332
ética de 64, 217
relación médico-paciente 133-7
revelar secretos a 186-7
y obligación de advertir 41
propiedad del secreto:
HIV/SIDA 163-7, 217-8
y confesión en el ordenador 188-9
y decisión de ocultar o revelar 163-8, 173-4, 180-1
propio sentido de rectitud 178-9
protección:
de adolescentes 55-7
del niño 263, 268, 288, 321
del niño adoptado, *véase* adopción
de otro 175, 202-6
en casos de abuso de niños 280
en la privacidad vs. secreto 43
por la ley 186
y engaño 32, 34
y obligación de advertir 41
proyecto de ley sobre libertad de información 108
ratería, como distracción 33-5
raza 86-9
Estudio de Tuskegee 111-14
y adopción 116
y color de piel 88, 347-51
y SIDA 84
relación médico-paciente 133-7
relaciones 47-79
aburridas y desgastadas 233
desarrollo congelado de 32-3, 72-9
efectos de los secretos sobre 30, 32-3, 78-9
e infertilidad 125
en las familias 52-8
envenenadas por secretos nocivos 38-40
formales, *véase* compromisos
complejidad de 45-6
fronteras que definen las 36-7
intergeneracionales 54-7
premisas compartidas en 170-1
protección de 175
que sufren la influencia del secreto 170
reapertura 181-2
responsabilidad por 148
triángulos 54-8, 65, 303-4
y ubicación de los secretos 58-72
religión 91-4
prácticas secretas de 38
y aborto 91-2
y abuso del cónyuge 93
y abuso de niños 93, 128-33
y confesión 186-7
y matrimonios mixtos 247-52
y tecnologías de la reproducción 124-5

resolución 323-51
ansiedad 324-32
culpa 334-8
encontrar nuestras voces 343-51
veterano de la Guerra de Vietnam 338-43
revelación, después de la 239-42
revelación de un secreto:
a los niños 291-2
auténtica 157-61
ayuda profesional en la 64-5
beneficios de la 180-1
coacción en la 191
confesión junto al lecho de muerte 184
confirmación por medio de 202
debido al propio sentido de rectitud 178-9
de confesión 186-7
del suicidio asistido por profesional 353-4
derecho de 148, 165
después de una separación 309-14
en el círculo íntimo 45
en el contexto 159-60
en el sinceramiento de un homosexual 191
en forma anónima 187
en la televisión, *véase* medios
enojo en 177
ensayo 64
en tablero electrónico 187-91
en venganza 257
imprudente vs. planificada 39-40, 192-3
lealtades divididas en la 178
modos de 186-93
momento para 176, 182-5, 290-1
motivos para 177-82
para la integridad personal 179
para sacarse un peso de encima 178
propiedad y 180-1
reapertura de la relación en 181-2
responsabilidad por 31
riesgos de 332-3
sobrepasar la 239-42
temor de 32-3
véase también elecciones para ocultar y revelar; resolución
y ansiedad de la confesión no planificada 158
y chantaje 166-7
y derecho de saber 39, 169, 290-1
y el bienestar de los demás 40, 169
y movimientos sociales 108, 116
rituales:
culturales 298
de la familia 75-6, 183-4
ritos de pasaje 38, 76-7, 298, 314-5
secretos:
dentro de las generaciones 60
derecho de saber 39, 169, 290-1
descubrimiento de 69
en la cambiante sociedad 107-9, 353

entrelazados 103-7
esenciales 36-8, 299-300
explorar con el compañero 235-6
motivos para 171-7
nocivos 38-40, 60
peligrosos 40-2, 279-81, 299-300, 307-9
placenteros 36
privacidad vs. 42-6, 118-9
propiedad de 163-8, 173-4
ritos de pasaje 38
tipos de 35-42
ubicación de 58-72
y negación 93
secretos de confesión 186-7
secretos entrelazados 103-7
secretos esenciales 36-8, 299-300
secretos financieros 42, 62-3, 99-100, 234-5
ante el cónyuge 42, 62-3
secretos institucionales 111-38
adopción 43, 114-22
aseguradora de salud 133-7
ejemplos de 113-4
Estudio de Tuskegee 111-4
rectificación 138
sacerdotes y abuso de niños 128-33
tecnologías de la reproducción 122-7
y privacidad vs. secreto 43
secretos nocivos 38-40, 60
institucional 138
y confianza 39
secretos peligrosos 40-2
abuso de niños 279-81
esenciales vs. secretos 299-300
y adolescentes 299-300, 307-9
secretos placenteros 36
secretos privados 197-224
connivencia en 212-6
examen de HIV y 217-20
manejar a otros por medio de 207-10
propiedad de 220
proteger a otros por medio de 202-6
que guardamos ante nosotros mismos 32, 210-2
vivir con el misterio de 220-4
vs. secretos públicos 199-202
Secretos y mentiras (filme) 40
separación y divorcio 256-8, 308
SIDA 109
activismo del paciente y 353
privacidad vs. secreto de 42, 43
revelación auténtica de 157-60
revelar el secreto de, a un niño pequeño 288-90
y raza/y grupo étnico 84
silencio:
y abuso del cónyuge 109
y abuso sexual 97-8, 101, 185, 279-80
y vergüenza 47-52
sociedades secretas 81-109
en Alemania nazi 81-3
entrelazadas 103-7
múltiples contextos de 83-5
y clase social 94-6
y épocas cambiantes 107-9
y grupo étnico 89-90
y poder 85-107
y raza 86-9

y religión 91-4
y sexo 96-103
sorpresas 36
suicidio:
amenaza de 41
asistido por profesional 353-4
como tabú social 84
intentos de 37
revelar el secreto de 39, 180-1
y enfermedad mental 48-9, 51
suicidio asistido por profesional 353-4
tabúes, sociales 86, 108, 244
talk shows, *véase* medios
tecnologías de la reproducción 109, 122-7
donación de óvulo fecundado 42
inseminación por donante 61-2, 99, 123-7, 221-4
y **secretos consigo mismo** 221-4
televisión, *véase* medios
terapia de pareja 45, 65, 225-6
tratamientos para la fertilidad 121-7
triángulos:
con la televisión 148-9
con los adolescentes 303-5
en la terapia 65
intergeneracionales 54-7
y ubicación 54
ubicación de los secretos de la algunas personas lo conocen y otras no 59-62
cambios en 70-2
conocimiento de toda la familia 66-8
con profesionales 64-5
cruzar la frontera de la familia 62-4
desconocidos 68-70
familia 58-72
guardados ante todos 58-9
lealtad familiar vs. integridad personal 67
vergüenza 32-3, 176-7
definiciones sociales de 83-5, 330
en privacidad vs. secreto 45
y aborto 85
y abuso de los niños 71-2
y enfermedad mental 47-52, 53
y prisión/delito 33, 34
y SIDA 84
y silencio 47-52
y suicidio 84
veteranos de la Guerra de Vietnam 338-43
violación 97-8, 101-2, 343-51
vivir los problemas 25-46
complejidad de 45-6
conducta para distraer 33-5
dentro de un secreto 29-31
fuera de un secreto 27-9
normas familiares 44
privacidad vs. secreto 42-5
relaciones y 32-3